milkadv.it
Mozzarella Brimi.
Amerai tutto ciò che l'ha creata.
100% Latte
Alto Adige
Brimi
Südtirol
Dai nostri pascoli nasce l'unica mozzarella
con latte 100% Alto Adige.
Brimi
Südtirol
www.brimi.it

Acquolina di luglio

Che cose appetitose ci regala la cucina estiva del nostro Belpaese, declinata con tanta creatività dai cuochi e dai gastronomi di Alice Cucina! La regina delle cheesecake Monica Bianchessi ci delizia con una interpretazione raffinata del dolce estivo per antonomasia, rinnovato da una base agli amaretti e una copertura di confettura, gelatina e albicocche fresche. Tutta la bontà dei prodotti mediterranei la ritroviamo nel menu eoliano e in quello di Persegani, giocato su olive e capperi; nel buffet da spiaggia (completo di lista e budget di spesa), ma anche nelle paste e nelle pizze estive, nelle saporite grigliate di carne in salsa bbq, e in tanta buona cucina di mare. Ma, tra 115 ricette e 15 scuole, non mancano anche grandi classici – tipo gli arrosti freddi, le conserve o una Saint Honoré ad arte – e proposte creative – come l'insalata di spigola nei peperoni arrosto; una torta rustica spettacolare di brisée alla fregola e pistacchi, ripieno cremoso di ricotta e datterini confit a guarnire; la pizza in teglia con impasto al nero di seppia e sughetto di moscardini. A tutta freschezza la proposta dei dolci: dalla deliziosa bavarese al pistacchio e cioccolato al sorbetto di avocado e lime, fino alla golosa torta cioccolato bianco e mango di Gianluca Aresu. Occhio al corposo ampliamento delle vetrine di accessori per la tavola, la cucina e i prodotti enogastronomici: ci sono tutte le possibili novità in tema, per appassionati, buongustai, tecnici e neofiti del magico mondo del food.

La redazione

Foto Shutterstock/Slavica Stajic

LUGLIO '16

COVER
Foto e styling di Elisa Andreini

LA NOSTRA CUCINA

180

LE RUBRICHE

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO
Monica Bianchessi PAG. 16
Daniele Persegani PAG. 18
Massimo Malantrucco PAG. 30
Fabio Campoli PAG. 44
Roberto Valbuzzi PAG. 50
Gregori Nalon PAG. 56
Mattia Poggi PAG. 68
Massimo Piccheri PAG. 88
Antonino Esposito PAG. 122
Michele Chinappi PAG. 130
Giovanni Gandino PAG. 138
Gianluca Nosari PAG. 146
Gianluca Aresu PAG. 168
Giulia Steffanina PAG. 180
Armando Palmieri PAG. 190
Luca Montersino PAG. 196
Susy Grossi PAG. 202

www.Alice.tv

L'ITINERARIO

SCOPRI LA VERSIONE **TABLET**

Scarica l'app gratuita di **Alice Cucina**: avrai la comodità di un magazine sempre a portata di mano e in più ricchi contenuti multimediali.

SEGUICI SU

@AliceCucina Alice tv - peccati di gola Alicecucina

Alice Cucina e Alice Tv sono presenti su tutti i social network, segui gli aggiornamenti, le ricette, i protagonisti ai fornelli su Facebook, Twitter, Youtube e Pinterest, entra nella community delle nostre cucine postando le tue foto, commentando i piatti e suggerendo i tuoi ingredienti!

AL.MA MEDIA s.r.l.
Sede
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia Montecelio (RM)
tel. +39 06.89676008 fax +39 06.89676000
alma.direzione@almamail.tv
Direzione Commerciale e Pubblicità
Via Boccaccio 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55410.829 fax +39 02.55410.734
alma.pubblicita@almamail.tv

PRESIDENTE
Ermanno Ruscitti

RELAZIONI ESTERNE
Giacomina Valenti *alma.relazioni@almamail.tv* *giacomina.valenti@almamail.it*

DIREZIONE EDITORIALE
Corrado Azzolini *alma.editoria@almamail.tv* *corrado.azzolini@almamail.it*

DIREZIONE COMMERCIALE
Luciano La Tona *alma.pubblicita@almamail.tv* *luciano.latona@almamail.it*

DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona *valter.latona@almamail.it*

VICE DIRETTORE
Giulia Macrì *giulia.macri@almamail.it*

CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi *francesco.monteforte@almamail.it*

REDAZIONE
Emanuela Bianconi *emanuela.bianconi@almamail.it*

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Chiara Orati *alma.desk.food@almamail.tv* *chiara.orati@almamail.it*

GRAFICA
Francesca Ottaviano *francesca.ottaviano@almamail.it*
Alessia Carrozzi, Simona Ferri, Valeria Moroni

HANNO COLLABORATO
Gianluca Aresu, Monica Bianchessi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Antonino Esposito, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Massimo Malantrucco, Luca Montersino, Gregori Nalon, Giuseppe Nocca, Gianluca Nosari, Armando Palmieri, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Giulia Steffanina, Roberto Valbuzzi

FOTO
Alice Adams, Elisa Andreini, Antonella Aravini, Francesca Brambilla, Raffaella Caucci, Silvia Censi, Emanuela De Santis, Anna Maione, Giorgia Nofrini, Alessandro Romiti, Sabrina Rossi, Barbara Santoro, Marie Sjöberg, Francesco Strazzacappa, Stefania Zecca, Rossella Venezia

CONCESSIONARIA
POSTER PUBBLICITÀ & P.R. srl
Via Angelo Bargoni 8 - 00153 Roma
tel. +39 06.68.89.69.11 - fax +39 06.68.89.69.39
poster@poster-pr.it

STAMPA
Nuovo Istituto Italiano d'arti Grafiche S.p.a.
via Zanica, 92 - 24126 Bergamo
tel. +39 035.329.1

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
Via C. Cazzaniga, 19 - 20132 Milano - tel. +39 02.25.821

DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 7 - Anno IX - Luglio 2016
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE GIUGNO 2016

SCRIVERE A:
ALICE CUCINA
Centro Direzionale CAR - Edificio A - 1° piano
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia Montecelio (RM)
alma.desk.food@almamail.tv

SERVIZIO ARRETRATI
Informazioni: tel. +39 039 99.91.541- fax +39 039.99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

La ricetta del mese!

SCUOLA DI CUCINA

Foto di Sabrina Rossi

Tiramisù al cardamomo con fragole e cioccolato bianco

Ingredienti (per 4-6 persone)

per il pan di Spagna
250 g di uova; 175 g di zucchero
150 g di farina
50 g di fecola di patate
1 bacca di vaniglia bourbon

per la farcia
400 g di fragole a fettine
250 g di mascarpone
100 g di panna fresca da montare
125 g di zucchero
3 tuorli; 1 cucchiaio di cardamomo in polvere

per la guarnizione
50 g di cioccolato bianco in scaglie
4-5 fragole a fettine

vi serve inoltre
burro

PREPARATE IL PAN DI SPAGNA

Miscelate la farina e la fecola. Montate le uova con lo zucchero e la vaniglia, fino a ottenere un composto spumoso. Unite le farine e mescolate delicatamente. Versate il composto in uno stampo quadrato da 12 cm di lato, ben imburrato, e infornate a 190 °C per 20 minuti. Levate e fate raffreddare.

PASSATE ALLA FARCIA

Fate macerare le fettine di fragola con 1 cucchiaio di zucchero e 1 di acqua. Lavorate i tuorli con lo zucchero restante; unite il mascarpone e il cardamomo, e mescolate per bene. Montate la panna e incorporatela delicatamente alla crema di mascarpone.

TAGLIATE A METÀ IL PAN DI SPAGNA

Scolate le fragole, tenendo da parte lo sciroppo. Sformate il pan di Spagna e tagliatelo a metà. Disponete una metà in un piatto da portata e bagnatela con lo sciroppo delle fragole.

COMPLETATE E SERVITE

Cospargete con la farcia e con metà fragole, quindi ripetete la sequenza, terminando con la crema di mascarpone. Mettete in frigorifero per 2 ore. Trascorso il tempo di riposo, levate, guarnite con le fragole e il cioccolato in scaglie, e servite.

1

2

3

4

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

PIZZA PANE & CO.

PIZZA PANE & CO.

CONSERVE

DOLCI E DESSERT

CHEESE LEADER!

LA REGINA DELLE CHEESECAKE MONICA BIANCHESSI CI STUPISCE ANCORA UNA VOLTA CON UNA CREAZIONE ORIGINALE ED ESTREMAMENTE RAFFINATA. GUARNITA CON "BOCCIOLI" DI ALBICOCCA, POSTI IN MODO CASUALE MA ARMONIOSO, È ANCHE GOLOSISSIMA E ALLA PORTATA DI TUTTI

di EMANUELA BIANCONI; ricetta di MONICA BIANCHESSI
foto e styling di ELISA ANDREINI

COVER STORY

Ingredienti

per la base
200 g di biscotti digestive
100 g di amaretti
80 g di burro
il succo di 1 limone
14 g di colla di pesce
2 cucchiai di confettura di albicocche

per il ripieno
500 g di formaggio cremoso
250 ml di panna fresca
250 g di mascarpone
120 g di zucchero a velo

per la gelatina all'albicocca
700 ml di succo di albicocca
20 g di colla di pesce
10 albicocche grandi

Preparazione

1. Preparate la base: tritate finemente i biscotti e gli amaretti, e amalgamate con il burro a pomata; foderate il fondo di uno stampo a cerniera da 26 cm di diametro con un foglio di carta forno. Versate il composto di biscotti e premete con il dorso di 1 cucchiaio in modo da ottenere uno strato ben compatto e di spessore omogeneo. Quindi, fate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

2. Per il ripieno: fate ammollare la colla di pesce in acqua fredda. In una ciotola lavorate il formaggio con il mascarpone, 200 ml di panna, lo zucchero a velo e il succo del limone. Scaldate la panna rimasta nel microonde, unite la colla di pesce, ben strizzata, e incorporatela. Versatela nel composto preparato e mescolate accuratamente.

3. Spalmate la confettura di albicocche sulla base della cheesecake, quindi versate la crema al formaggio e livellatela. Trasferite in frigorifero e fate compattare.

4. Per la gelatina: fate ammollare la colla di pesce in acqua fredda. Scaldate 50 ml di succo di albicocca nel microonde, unite la colla di pesce, ben strizzata, e stemperatela. Frullate 2 albicocche mature, unitele al succo di albicocca rimasto e versate tutto in una ciotola; incorporate la gelatina, ben strizzata, e poi lasciate intiepidire a temperatura ambiente.

5. Nel frattempo tagliate le albicocche restanti a metà, togliete il nocciolo e con un coltellino ben affilato ricavate delle fettine regolari. Quindi, arrotolate le fettine formando delle piccole rose.

6. Riprendete la torta dal frigo e versate lentamente la gelatina di albicocca sullo strato ormai compatto di formaggio e mascarpone. Distribuite le rose di albicocca in modo finto casuale ma armonioso. Coprite con un foglio di pellicola trasparente, mettete in frigorifero e lasciate raffreddare per 4-5 ore. Al momento di servire, sformate la cheesecake, trasferitela su un'alzatina e servite.

MEDITERRANEO

INGREDIENTI BASE DELLA CUCINA MEDITERRANEA, OLIVE E CAPPERI SONO PROTAGONISTI DI PESTI, RIPIENI E PANATURE CHE HANNO TUTTO IL SAPORE DELL'ESTATE. ABBINATI A ORTAGGI, CEREALI, CARNI E PESCE, DI CUI NE ESALTANO CONSISTENZE E FRAGRANZE, DANNO FORMA A RICETTE CREATIVE E DAL SUCCESSO ASSICURATO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI* - foto di GIORGIA NOFRINI; food stylist ALICE ADAMS

Carpaccio di zucchine e bufala in pesto mediterraneo

Ingredienti (per 4 persone)

4 zucchine romanesche
2 mozzarelle di bufala
1 ciuffo di prezzemolo
100 g di olive taggiasche sott'olio
30 g di arachidi
1 ciuffo di menta
1 limone
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e spuntate le zucchine, quindi con l'aiuto di una mandolina tagliatele a fettine sottili. Salatele leggermente e lasciatele macerare.

2. In un mixer da cucina raccogliete le olive snocciolate, tenendone qualcuna da parte, il prezzemolo, 6 foglie di menta, le arachidi e un po' di succo di limone, e frullate unendo a filo l'olio necessario a ottenere un pesto cremoso e omogeneo. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

3. Disponete le fette di zucchina su un vassoio e mettete al centro le mozzarelle di bufala, tagliate in due. Condite con il pesto mediterraneo, guarnite con le olive tenute da parte e qualche fogliolina di menta, e servite.

✱ Classe 1972, Daniele Persegani abita a Castelvetro Piacentino, paese agricolo della bassa Emilia, sulle rive del Po. Qui, insieme alla sorella, è il proprietario dell'Osteria del Pescatore, ristorante specializzato in cucina di tradizione (la pasta si fa ancora a mano e il brodo viene realizzato con tre tipi di carne!). Docente di cucina presso l'istituto Alberghiero di Salsomaggiore Terme, è spesso presente anche in tv!

Pomodori alla griglia ripieni di cuscus ai capperi

Ingredienti (per 4 persone)

4 pomodori ramati; 100 g di cuscus precotto; 2 zucchine
1 peperone rosso; 50 g di capperi dissalati
100 g di tonno sott'olio; brodo vegetale; peperoncino in polvere
olio extravergine di oliva; sale e pepe

1

SVUOTATE I POMODORI

Lavate i pomodori e tagliateli in 4 in senso orizzontale; svuotateli, eliminando i semi, e salateli leggermente all'interno. Capovolgeteli e lasciateli riposare per qualche minuto: in questo modo perderanno l'acqua di vegetazione.

2

PREPARATE IL CUSCUS

Raccogliete in una ciotola il cuscus, versate il doppio della quantità di brodo vegetale caldo (oppure acqua) e mescolate. Coprite con un foglio di pellicola trasparente e fate riposare per una decina di minuti, quindi eliminate la pellicola e sgranatelo per bene.

UNITE LE VERDURE

Lavate e mondate le zucchine e il peperone, e poi tagliateli a dadini. In una padella scaldate un filo di olio, unite le verdure e fatele saltare per una decina di minuti. Regolate di sale e di pepe, unite il cuscus, i capperi, tritati grossolanamente, il tonno, ben sgocciolato e spezzettato, un pizzico di peperoncino e un filo di olio, e mescolate.

4

COMPLETATE E SERVITE

Scaldate per bene una griglia, meglio se con carbonella, disponete i pomodori e grigliateli da entrambi i lati. Farciteli con il cuscus e metteteli in una teglia, quindi copriteli con la carta alluminio e fateli cuocere sulla griglia per altri 15 minuti. Levate, distribuite nei piatti da portata e servite tiepidi.

Cappellacci alle capesante in salsa di capperi

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina 00
3 uova
1 cucchiaio di olio di semi
sale

per il ripieno
400 g di capesante già sgusciate
2 patate già lessate e sbucciate
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il condimento
50 g di capperi dissalati
50 g di burro
1 spicchio di aglio
pepe verde in salamoia

1

PREPARATE LA SFOGLIA
Fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e l'olio, e impastate per bene. Formate una palla, coprite e fate riposare per mezz'ora. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile e ritagliate tanti quadrati da 8 cm di lato.

2

PASSATE AL RIPIENO
In una padella scaldate un filo di olio, disponete le capesante e fatele saltare velocemente. Profumate con un po' di prezzemolo tritato. Tritate le capesante e unitele alle patate lessate, quindi regolate di sale e di pepe, e amalgamate per bene.

CONFEZIONATE I CAPPELLACCI
Farcite i quadrati con una noce di ripieno. Ripiegateli a triangolo e sigillate i bordi. Piegate i triangoli a tortello, unendo fra loro i due vertici della base dei triangoli, per ottenere i cappellacci.

4

COMPLETATE E SERVITE
Tritate grossolanamente i capperi e fateli soffriggere in una padella con il burro, l'aglio, schiacciato, e il pepe verde. Lessate i cappellacci in acqua bollente e salata, scolateli al dente e versateli nella padella con la salsa. Fate saltare per un minuto, quindi impiattate e servite.

Calamarata con chorizo spadellato e salsa confit

(pag. 26)

Con Daniele Persegani e il suo "L'occasione fa lo chef"... tutti possiamo diventare chef provetti! Nelle migliori librerie (LT Editore,19,90 euro).

Rana pescatrice al verde

(pag. 26)

Calamarata con chorizo spadellato e salsa confit

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di calamarata
100 g di salame chorizo
1 cipolla rossa
1 bicchiere di vino bianco
50 g di provola
60 g di olive di Gaeta sott'olio
300 g di pomodorini ciliegino
zucchero
1-2 rametti di timo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà, quindi disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un pizzico di sale, di pepe e di zucchero. Irrorate con un filo di olio, profumate con il timo e infornate a 120 °C per circa 3 ore. Levate e tenete da parte.

2. In una padella capiente fate rosolare la cipolla, tagliata a julienne fine, con un filo di olio; unite il chorizo a pezzetti e sfumate con il vino bianco. Aggiungete le olive snocciolate e i pomodorini confit, mescolate e fate insaporire per qualche minuto.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente e fatela saltare in padella con la salsa. Spegnete, impiattate, cospargete con la provola grattugiata e servite.

Rana pescatrice al verde

Ingredienti (per 4 persone)

8 filetti di rana pescatrice
200 g di spinacini freschi
100 g di pane grattugiato
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
50 g di pistacchi già sgusciati
50 g di capperi
2 cucchiai di uvetta
1 limone
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1. Preparate un pane aromatico: in una ciotola miscelate il pane grattugiato con il prezzemolo, i pistacchi e i capperi, tritati; condite con un filo di olio, regolate di sale e di pepe, e mescolate.

2. Passate i filetti nella panatura, facendola aderire per bene. Disponete i filetti in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 190 °C per circa 25 minuti. Condite gli spinacini con un filo di olio, il succo del limone, l'uvetta e un pizzico di sale e di pepe.

3. Trascorso il tempo di cottura, levate i filetti e distribuiteli nei piatti da portata adagiandoli su un letto di spinacini. Portate in tavola e servite.

Filettino di maiale al barbecue con salsa alle taggiasche

Ingredienti (per 4 persone)

8 medaglioni di filetto di maiale
100 g di olive nere infornate
1 cucchiaio di senape dolce
1 ciuffo di prezzemolo
1 ciuffo di coriandolo
1 peperoncino
1 bicchiere di birra chiara
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1. In una terrina capiente disponete i medaglioni di maiale, unite la birra, il peperoncino a rondelle, una macinata di pepe e un filo di olio, mescolate e fate marinare per circa un'ora.

2. Trascorso il tempo di marinatura, disponeteli su una piastra di ghisa ben calda o sul barbecue e grigliateli da entrambi i lati per una decina di minuti. Levateli e salateli leggermente.

3. Nel frattempo tritate le olive e mescolatele alla senape e alle erbe aromatiche, tritate. Regolate di sale e di pepe, condite con un filo di olio ed emulsionate. Disponete i medaglioni nei piatti da portata, versate sopra la salsa, guarnite con qualche fogliolina di prezzemolo e servite.

Filettino di maiale al barbecue con salsa alle taggiasche

ORTI DI TRAIANO

A Fiumicino la passione di 5 giovani imprenditori ha portato alla nascita dell'agriturismo enogastronomico Orti di Traiano, aperto dall'ottobre 2015, e dell'azienda BioAgricola Traiano, dedita al rigoroso rispetto delle tecniche di produzione biologiche. L'attività è iniziata con il recupero totale di un antico casale del tardo 800, circondato da un terreno di circa 7.000 mq, e la messa a coltura di 4 ettari di terreno dedicati all'agricoltura biologica.
Il restauro ha consentito di ricavare da una vecchia stalla con travi di castagno la sala interna con cucina volutamente a vista, le materie prime provengono dall'attiguo orto o da aziende bio certificate. L'area esterna è caratterizzata dal ricco giardino, dall'orto e da un'area ristoro ideale per varie tipologie di eventi.

BIOAgricola Traiano
Via Portuense, 2380 - Fiumicino (RM)
Tel. 06 65001770 - Fax. 06 65016677
info@ bioagricolatraiano.it

PIZZERIA N'DA PULLECENELLA

Pizzeria N'da Pullecenella situata nel cuore della cittadina metelliana è ad oggi una realtà consolidata nell'universo delle pizzerie, entrando si può notare subito un legame forte con il territorio e la tradizione ma con uno sguardo sempre attento alle novità ed innovazioni ciò si evince anche sfogliando il vasto menu delle proposte che spaziano dalle più classiche alle più fantasiose pizze tra cui quelle con i molti e gustosi abbinamenti di pesce con attenta e meticolosa cura nella scelta degli ingredienti e delle materie prime, il tutto contornato da una calorosa accoglienza e cortesia del personale.

Pizzeria n'da Pullecenella
Via Generale Sabato Martinelli Castaldi, 41/BIS - Cava dei Tirreni (SA)
Cell. 345 5192967

DAL BORGHESE

Nel cuore del centro storico di Roma, a pochi passi da piazza di Spagna ed il Pantheon troviamo il ristorante-bistrot "Dal Borghese".
Qualità, tradizione e professionalità dalle prime luci dell'alba fino a tarda notte. Pasticceria e prodotti da forno fatti in casa "come una volta", aperitivo dopolavoro, musica dal vivo in una delle cornici più belle di roma, piazza Borghese.
Eventi e feste a tema... Dal Borghese è anche emporio; eccellenze enogastronomiche regionali rigorosamente a marchio DOC ITALY.
Dal Borghese, il vostro salotto del ben-essere nel cuore della capitale.

Ristorante Bistrot Dal Borghese
Piazza Borghese, 5 - Roma
Tel. 06 6869444

CIVICO 84

Il ristorante pizzeria Civico 84 è un locale accogliente dall'atmosfera giovanile e informale che accoglie i propri clienti in via Cesati a Roma. La cucina propone ricette semplici ma sfiziose della tradizione italiana e laziale, spesso con saporite rivisitazioni.
Fra i piatti del menu da provare le linguine alla spigola e pomodori pachino, la cacio e pepe con fiori di zucca, la tagliata di manzo al rosmarino e il pollo arrosto cotto a legna.
In alternativa ci sono numerose pizze ben cotte e ben farcite.
Per finire è di rigore assaggiare gli ottimi dolci della casa, come il babà casalingo o la mousse al melone. Buona anche la selezione di vini e birre artigianali.

Civico 84
Via Vincenzo Cesati, 84 - Roma
Tel. 06 21800035

BOTTEGHELLE 65

Salumeria storica, la più antica di Salerno (fondata nel 1919 dalla famiglia Conte), attenta alle eccellenze locali e regionali e ai prodotti Presidio Slow-Food e Biologici. L'enoteca propone vini e birre artigianali del territorio di piccole aziende. La sala degustazione, immaginata come "un'officina del gusto", è luogo di percorsi sensoriali: formaggi, salumi, vini e birre, sottoli del territorio, verdure, mieli locali e confetture artigianali. La mozzarella, sempre fresca. In vendita il filetto di Baccalà tripla A islandese.
Tutti i prodotti proposti sono anche in vendita. Il locale non ha un menu fisso né una carta dei vini. Il menu si crea insieme. Si organizzano corsi: ONAF, ONAS, avvicinamenti al vino, il locale è riferimento della condotta Slow Food per riunioni, iscrizioni, eventi e poi mostre di pittura, ceramica, fografia, presentazione libri, workshop di teatro...

Botteghelle 65
Via delle Botteghelle, 63/65 - Salerno
Tel. 089 232992
È gradita la prenotazione.

DA GIULIANO

Trattoria-Pizzeria immersa nella natura della zona "La Selva di Sora".
Attività a conduzione familiare distinta per la qualità del servizio e la genuinità dei prodotti.
Ampie sale e menu realizzati con specialità di bosco, cucina ciociara e pizza cotta in forno a legna.

Da Giuliano
Via Pozzillo, Sora (FR)
Tel. 0776 814890

FARAGE CIOCCOLATO

Farage Cioccolato è nata dalla passione per il cioccolato e per la pasticceria d'eccezione. Offre una vasta gamma di prodotti artigianali di alta qualità oltre a squisiti dessert. Situato nella centralissima via Brera. L'ambiente è elegante ed accogliente, l'atmosfera è d'altri tempi. Dalla prima colazione al pranzo con piatti della tradizione italiana e la merenda con squisita cioccolata calda in molteplici versioni; molto richiesta la versione fondente con lamponi freschi o cioccolata bianca con polpa fresca di passion fruit.
E chi desidera acquistare un regalo o un souvenir avrà davvero l'imbarazzo della scelta tra decine di articoli di cioccolato, finemente confezionati. Tappa obbligatoria per chi desidera conoscere il lato gourmand e raffinato di Milano.

Farage Cioccolato
Via Brera, 5 - Milano
Tel. 02 78623698

MORSI & RIMORSI

Vogliamo raccontarti il Sud, dalla punta del Vesuvio a quella dell'Etna, desideriamo portarti l'odore del mare, la storia di una terra ricca di frutti nobili e segreti di antichi mestieri e lavorazioni.
Accompagnati da artigiani ed allevatori che amano ciò che fanno, scegliamo i prodotti migliori, li mischiamo con il cuore, con la storia e li serviamo in tavola.
Con i nostri prodotti DOP, IGP e i Presidi Slow Food, ci impegnamo per offrirti tutto il piacere del mangiare bene. I migliori ingredienti e il sapore della tradizione combinati alla nostra fantasia, questa è la ricetta che abbiamo messo a punto per farti partecipe dei sapori e gli odori della nostra cultura culinaria.
Morsi & Rimorsi, vieni ad assaggiare un pezzo di sud.

Morsi & Rimorsi
Viale Pasubio, 3 - Milano
Tel. 02 62086369

LA CANTINA DEL GIANNONE

La Cantina del Giannone è un ambiente dagli arredi lineari e ricercati. Edoardo e Ulderico, sono i due giovani soci che in poco più di un anno hanno portato il locale tra i TOP30 della città, secondo TripAdvisor. La cucina è mediterranea e stagionale, con accenti creativi ma vicina alla tradizione. Il giovane chef Luca Mulas, vanta collaborazioni importanti: Gualtiero Marchesi e Paolo Lopriore. Nasce così un menu che varia quasi mensilmente.
Carpaccio di Ombrina con chips di polenta e ceviche al coriandolo; risotto al Rocquefort e zucca mantovana spolverato di caffè; coppa di maialino al forno laccata al Mirto di Sardegna con patate ratte.

La Cantina del Giannone
Via Pietro Giannone, 10 - Milano
Tel. 02 34930022

CAMPANIA FELIX

Il ristorante Campania Felix nasce dall'idea dei proprietari di voler rivalutare la propria Regione, considerata una volta terra fertile. Il locale di trova di fronte al lungomare di Salerno e nel cuore della movida cittadina.
I piatti proposti dallo chef vengono realizzati con prodotti locali DOP IGP e DOCG, accompagnati dalle eccellenze delle nostre Cantine regionali.

Ristorante Campania Felix
Via Roma, 171 - Salerno
Cell. 329 8619883
campaniafelix.sa@gmail.com

BORGOROSA

Borgorosa, lontano da luoghi comuni.
Borgorosa è una location per ricevimenti e bio banqueting di matrimoni, eventi e meeting.
Tra ettari di verde e coltivazioni "a metro zero", propone menu naturali con gli ingredienti delle terre del Borgo, raccolti e preparati nella stessa giornata.
Ogni ricevimento viene personalizzato negli ampi giardini, ideali per buffet e convegni, e nelle sale da 500 posti. Inoltre nel complesso si può alloggiare nell'accogliente B&B, dotato anche di suite nuziale.
Borgorosa è una struttura suggestiva, adagiata su enormi distese verdi baciate dal sole e cullate dalla quiete di un posto lontano da luoghi comuni.
Segui su FB "Borgorosa" e visita il sito www.borgorosa.it.

Borgorosa
Via Bottacce, Francolise - (CE)
Cell. 345 5094284
www.borgorosa.it - info@borgorosa.it

ANTICA HOSTARIA MASSA

Nella storia di Caserta, Massa ha occupato ed occupa il ruolo di ristorante da ben due secoli. Oggi rinnovato nel design e soprattutto nella cucina, ripropone i gustosi piatti e gli ottimi vini della terra casertana pur con uno sguardo alla cucina internazionale. I menu stagionali sono la regola per esaltare i prodotti freschi del territorio.
Tutte le pietanze, ad eccezione delle fritture, possono essere anche senza glutine. Ogni mese Massa propone un menu della tradizione, un percorso gastronomico di 4 portate tra le antiche ricette Campane (puoi scaricarlo su www.ristorantemassa.it).
La Cantina del ristorante, ricavata nel tufo, scende fino a 13 metri di profondità e offre il luogo ideale per un aperitivo, una degustazione di vino o formaggi o una semplice visita.

Antica Hostaria Massa
Via G. Mazzini, 55 - Caserta
Tel. 0823 456527
www.ristorantemassa.it - info@ristorantemassa.it

Buffet in SPIAGGIA

VOLETE ORGANIZZARE UNA FESTA IN SPIAGGIA INDIMENTICABILE? DALLA LISTA DELLA SPESA FINO ALLE RICETTE, TUTTE GOLOSISSIME E SEMPLICI DA REALIZZARE (ANCHE IN ANTICIPO), HA PENSATO A TUTTO IL NOSTRO CHEF MASSIMO MALANTRUCCO. A VOI NON RESTA CHE GODERVI IL PARTY!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO MALANTRUCCO* - foto di STEFANIA ZECCA

✱ Chef docente di corsi di cucina e consulente per attività di ristorazione, è presente anche su Facebook e Youtube con la prima serie web di cucina in 4 lingue "Numeri da cuoco" che include Italiano, Inglese, Spagnolo e Lingua Italiana dei Segni. È inoltre tra i fondatori e presidente dell'associazione Presidio Italia che si occupa della tutela e promozione dei prodotti di eccellenza italiani. Propone i suoi corsi di cucina per amatori a Roma in una location di design in zona Colosseo, con formula show-cooking/aperitivo per un dopo lavoro divertente e in compagnia; e nei weekend nella splendida location di Villa Rocca, immersa nei colli della Sabina a un'ora dalla Capitale, con formula corso pratico/relax. Ospite anche di eventi itineranti per show-cooking e corsi. Per conoscere le date e restare aggiornati visitate il sito www. massimomalantrucco.it

Party on the beach
x 8-10 persone

Lista della spesa

Pane al pomodoro
8 pomodori vesuvio 2,30 €
700 g di farina 0,90 €
40 g di burro 2 €
15 g di lievito di birra 0,15 €
miele, aglio, origano, olio, sale (dispensa)

Medaglioni alla parmigiana
20 fette di pane in cassetta 1 €
2 melanzane tonde 1,50 €
2-3 pomodori da riso 1,50 €
1 mozzarella 3,50 €
10 filetti di acciuga 2,80 €
150 g di parmigiano 3 €
2 uova 1,50 € (per 6 uova)
basilico, olio, sale (dispensa)

Minipomodori al riso di mare
10 pomodori maturi 3 €
10 cucchiai di riso 3 €
250 g di misto mare già sgusciato 4 €
700 g di patate già sbucciate 3 €
100 g di pangrattato 1 €
50 g di pecorino romano 0,50 €
prezzemolo, aglio, olio, sale e pepe (dispensa)

Insalata di spigola e sedano in peperone arrosto
1 kg di filetti di spigola già puliti 9 €
3 cuori di sedano 1 €
10 peperoni piccoli (rossi verdi e gialli) 3 €
3 limoni 1,50 €
aceto di vino, basilico, prezzemolo,
aglio, olio, sale (dispensa)

Ovoline ripiene
10 ovoline di bufala 5 €
2 pomodori maturi 0,50 €
6 fette di pane in cassetta 1 €
80 g di tonno sott'olio 1,50 €
origano, basilico, olio, sale (dispensa)

Crema sabbiata all'ananas
500 ml di succo di ananas 3 €
175 g di zucchero 2 €
5 savoiardi 0,99 €
farina, burro (dispensa)

Totale
circa 63 euro

Minipomodori al riso di mare con patate sabbiate cacio e pepe

Ingredienti (per 8-10 persone)

10 pomodori maturi (da circa 6 cm di diametro)
10 cucchiai di riso
250 g di misto mare già sgusciato (vongole, cozze, gamberi); 1 spicchio di aglio
2 filetti di acciuga
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
700 g di patate già sbucciate
100 g di pangrattato
50 g di pecorino romano
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate i pomodori e tagliate il cappello superiore. Svuotateli delicatamente, tenendo da parte la polpa ricavata, e disponeteli su una teglia, foderata con carta forno, distanziandoli di circa 5 cm l'uno dall'altro. Frullate la polpa, raccoglietela in una ciotola e conditela con l'aglio, i filetti di acciuga, tritati finemente, e il prezzemolo.

2. Aggiungete il riso e il misto mare, condite con abbondante olio e un pizzico di sale, e mescolate. Con il composto ottenuto farcite i pomodori e poi copriteli con il loro cappello. Con uno scavino ricavate tante piccole sfere dalle patate; conditele con un filo di olio e un pizzico di sale, e aggiungetele nella teglia con i pomodori. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 35-40 minuti, o comunque fino a quando il riso sarà ben cotto.

3. Sfornate e togliete i pomodori dalla teglia. Scolate le patate e trasferitele in un'altra teglia, quindi cospargetele con un mix di pangrattato, pecorino e pepe, e fate gratinare in forno fino a doratura. Levate e servite insieme ai pomodori al riso.

Pane al pomodoro

(pag.36)

Medaglioni alla parmigiana

(pag.36)

Pane al pomodoro

Ingredienti (per 8-10 persone)

8 pomodori vesuvio
2 spicchi di aglio
2 rametti di origano; burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per l'impasto
700 g di farina (350 W)
400 g di acqua
40 g di burro
15 g di lievito di birra
2 cucchiai di miele
10 g di sale

Preparazione

1. Per l'impasto: fate la classica fontana con la farina setacciata, unite al centro l'acqua, il miele e il lievito sbriciolato, e iniziate a impastare energicamente per 5 minuti. Unite il burro, ammorbidito a temperatura ambiente, e il sale, e lavorate ancora per qualche minuto. Formate una palla, coprite con un telo e lasciate riposare per un paio di ore a una temperatura di 25 °C.

2. Nel frattempo lavate i pomodori, tagliateli a filetti e privateli dei semi e dell'acqua di vegetazione. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite i pomodori, profumate con l'origano e fate salare velocemente.

3. Scolate i pomodori e trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno; regolate di sale e di pepe, e fateli asciugare in forno a 200 °C. Trascorso il tempo di riposo dell'impasto, stendetelo allo spessore di circa 2-3 cm. Disponete sopra i pomodori freddi e arrotolate.

4. Trasferite il rotolo ottenuto in uno stampo da plumcake, imburrato, coprite e lasciate lievitare per altre 2 ore. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa un'ora. Levate e lasciate intiepidire, quindi sformate, ungete con un filo di olio, coprite con un panno e lasciate raffreddare completamente. Tagliate a fette e servite.

Medaglioni alla parmigiana

Ingredienti (per 8-10 persone)

20 fette di pane in cassetta
2 melanzane tonde
2-3 pomodori da riso
1 mozzarella
10 foglie di basilico
10 filetti di acciuga
150 g di parmigiano
2 uova
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate e spuntate le melanzane, quindi tagliatele a fette spesse 1 cm e, con un coppapasta da 8 cm di diametro, ricavate 10 dischetti. Ricavate 10 fette spesse 1/2 cm anche dai pomodori e dalla mozzarella, e aggiustatene la forma aiutandovi sempre con il coppapasta.

2. In una padella scaldate un filo di olio e fate tostare leggermente le fette di pane. Conditele con un pizzico di sale. Levate e cuocete allo stesso modo le melanzane e i pomodori.

3. Componete i medaglioni: impilate un dischetto di pane e uno di melanzana, quindi spolverizzate con un po' di parmigiano e aggiungete un'acciuga. Proseguite con il pomodoro, una foglia di basilico, la mozzarella e ancora un dischetto di pane. Infilzate con tre stecchini, per mantenere unito il tutto, passate i medaglioni nelle uova, sbattute, e poi panateli con il parmigiano.

4. Disponete i medaglioni su una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 250 °C finché il parmigiano non diventerà dorato. Levate, sfilate gli stecchini e servite.

Insalata di spigola e sedano in peperone arrosto

Ingredienti (per 8-10 persone)

1 kg di filetti di spigola già puliti; 3 cuori di sedano
10 peperoni piccoli (rossi verdi e gialli)
3 limoni
2 cucchiai di aceto di vino bianco; 6 foglie di basilico
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate i peperoni, disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e fateli abbrustolire in forno. Levateli, raccoglieteli in un sacchetto di carta per il pane e fateli raffreddare, quindi pelateli e tagliateli a metà, conservando intatta la parte inferiore (servirà da contenitore).

2. Eliminate i semi dalla parte superiore dei peperoni e raccoglieteli in un mixer da cucina; unite l'aceto, il basilico, il prezzemolo, l'aglio e 4 cucchiai di olio, e frullate fino a ottenere una crema.

3. Pulite i cuori di sedano e tagliateli a julienne finissima lunga 3 cm; raccoglieteli in una ciotola con il succo di 1 limone, un pizzico di sale e 2 cucchiai di olio, e lasciate marinare per un'ora.

4. Tagliate i filetti di spigola a listerelle di 1 cm e fatele marinare con il succo dei limoni restanti e un pizzico di sale per 2 ore. Farcite le metà di peperone tenute da parte con un letto di sedano e adagiate sopra i filetti di spigola. Irrorate con la salsa al peperone, e servite.

Insalata di spigola e sedano in peperone arrosto

Ovoline ripiene

Ingredienti (per 8-10 persone)

10 ovoline di bufala; 3 pomodori maturi; 2 rametti di origano; 6 fette di pane in cassetta 2 uova sode; 80 g di tonno sott'olio; 1 ciuffo di basilico; olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Incidete le ovoline da un lato, aprendole leggermente, e svuotatele senza romperle. Raccogliete in una ciotola il "ripieno" e unite 2 pomodori, tagliati a cubetti, l'origano tritato, la mollica di pane sbriciolata, le uova sode tritate e il tonno, ben sgocciolato e sgranato.

2. Impastate per bene il tutto fino a rendere il composto omogeneo e sodo. Aggiustate di sale. Farcite le ovoline con questo composto e disponetele su un vassoio. Guarnite con qualche fogliolina di basilico, qualche fettina del pomodoro restante e un filo di olio a crudo, e servite.

Crema sabbiata all'ananas

Ingredienti (per 8-10 persone)

1 l di succo di ananas; 350 g di zucchero; 150 g di farina; 6 tuorli; 2 uova; 10 savoiardi; burro

Preparazione

1. In ciotola lavorate le uova e i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete la farina e mescolate delicatamente. Nel frattempo portate a bollore il succo di ananas, versatelo a filo nel composto e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento.

2. Quando la crema sarà ben addensata, togliete e fate intiepidire. Nel frattempo con un po' di burro fuso spennellate 8-10 stampini in silicone (a forma di pesce, conchiglia, castello...) e cospargeteli con i savoiardi, ridotti in polvere.

3. Versate la crema tiepida nelle formine e trasferite in freezer per almeno 2 ore. Un'ora prima di servire, scaldate velocemente gli stampini sulla fiamma, sformateli su un piatto da portata e lasciate scongelare per un'ora. Spolverizzate con i savoiardi tritati e servite.

nel BLU DIPINTO di BLU

LA TAVOLA DELL'ESTATE SI TINGE DEI TONI DEL BLU E DELL'AZZURRO, E TRAE ISPIRAZIONE DAL MONDO MARINO

di EMANUELA BIANCONI

1. Ciotoline a forma di stella marina di **Greggio** (collezione Capri). In argento e vetro decorato. Prezzo: 72 euro (l'una).

2. Bicchiere e vassoio della Linea Tiffany di **Fratelli Guzzini**. In materiale plastico. Prezzi: 3,80 (bicchiere) e 12 euro (vassoio).

3. *Dot Dot* è la bottiglia da 1 litro di **Zak!Designs**. In SAN. Prezzo: 8,20 euro.

4. *Crazy Eyes* sono i bastoncini per aperitivo di **Zak!Designs**. A forma di granchio o di pesciolino. Prezzo: 8,50 euro.

5. Centrotavola della linea Grace di **Fratelli Guzzini**. In materiale plastico. Prezzo: 33 euro.

6. Pirofila della linea Marina di **Virginia Casa**. In ceramica realizzata a mano. Prezzo: 22 euro.

7. Set di piatti *Fish*, di **Villa D'Este Home Tivoli**. Realizzato in hard dolomite. Prezzo: 65,80 euro.

8

9

7

10

12. Tovaglia *Kalojen* di **Novità Home**. In puro cotone. Prezzo: 41 euro.

13. *Azulejos* è la collezione di tovagliette di carta riciclata. Di **Maiuguali**. Prezzo: 21 euro.

14. *Mediterraneo* è la fruttiera in acciaio colorato rosso di **Alessi**. Prezzo: 48 euro.

15. Vassoio ovale *Fresh Fish* di **Novità Home.** In

8. Posate *Zebra* in acciaio inox 18/10. Di **Bugatti**. Prezzo: a partire da 4,65 euro (cucchiaino da caffè).

9. *Out of the blu* è il piatto fondo in porcellana decorata. Di **Maiuguali**. Prezzo: 12,9 euro (l'uno).

10. In ceramica decorata a mano, la pirofila di **Brandani** fa parte della collezione Panarea. Prezzo: 29 euro.

11. Piatto in ceramica a forma di stella marina, collezione Mediterraneo di **Novità Home**. Prezzo: 13,50 euro (l'uno).

12

11

ceramica con decoro pesci a rilievo. Prezzo: 36 euro.

16. Coordinato al servizio di piatti *La Isla*, ecco il vassoio rettangolare con manici. Di **Villa D'Este Home Tivoli**. Prezzo: 28,40 euro.

17. Servizio di piatti *La Isla* di **Villa D'Este Home Tivoli**. Prezzo: 98,80 euro (per il set da 18 pezzi).

18. *Squaletto* è il set di **Maiuguali** con 6 segna bicchieri in silicone. Prezzo: 15 euro.

19. Vassoio in melamina di **Easy Life**. Prezzo: 16 euro.

20. In porcellana, la coppetta e il piatto piano sono di **Easy Life**. Prezzi: 8 euro (coppetta) e 10 euro (piatto).

FRUTTO CARNOSO DI UNA PIANTA ORIGINARIA DELL'AMERICA CENTROMERIDIONALE, DALLE CARATTERISTICHE ASSAI DIVERSE A SECONDA DELLA VARIETÀ, IL POMODORO DÀ IL MEGLIO DI SÉ PROPRIO DURANTE LA STAGIONE ESTIVA, IN CUI GIUNGE A PIENA MATURAZIONE. FABIO CAMPOLI ABBINA QUESTO MERAVIGLIOSO ORTAGGIO A SAPORI DOLCI E PICCANTI, APPARENTEMENTE IN CONTRASTO, ESALTANDONE FRAGRANZA E CONSISTENZA, E DANDO VITA A PREPARAZIONI RAFFINATE E GUSTOSE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di FABIO CAMPOLI
foto di MARIE SJÖBERG (ritratto)
e BARBARA SANTORO (ricette)

POMODORO MON AMOUR

Pomodoro-sfera

Ingredienti (per 4 persone)

4 pomodori a grappolo ben sodi; 160 g di patate già lessate a cubetti
200 g di carote già lessate a cubetti; 100 g di piselli già cotti
1 rametto di origano; 1 spicchio di aglio; 1 ciuffetto di aneto
glassa all'aceto balsamico; olio extravergine di oliva; sale

per la salsa

170 g di yogurt greco bianco; 3 tuorli già sodi
il succo di 1/2 limone; 1 cucchiaio di senape in grani

Preparazione

1. Lavate e asciugate i pomodori, quindi tagliateli nel senso della larghezza e disponeteli in una teglia, foderata con carta forno. Conditeli con un pizzico di sale, un po' di origano tritato e qualche lamella di aglio. Irrorateli con un filo di olio e infornate a 100 °C per almeno un'ora. Levate e tenete da parte.

2. Raccogliete le patate, le carote e i piselli in un mixer da cucina, e frullateli per bene. Preparate la salsa: riunite tutti gli ingredienti nel bicchiere di un mixer e frullate con un mixer a immersione fino a ottenere un composto omogeneo. Unite la salsa alle verdure e mescolate.

3. Al momento di servire, disponete mezzo pomodoro in un piatto da portata, farcitelo con l'insalata russa e chiudete con la seconda metà. Guarnite con un po' di aneto, un filo di olio e qualche goccia di glassa, e servite.

✱ UN DOPPIO MEZZO POMODORO APPASSITO AL FORNO E FARCITO CON INSALATA RUSSA IN SALSA INNOVATIVA ALLO YOGURT, PER UN SECONDO PIATTO COLORATO E ADATTO A TUTTI.

Sorpresa rustica con ripieno cremoso e datterini

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta brisée
300 g di farina 00
100 g di burro
100 g di fregola già lessata
75 ml di acqua
5 g di sale

per il ripieno
300 g di ricotta vaccina
100 g di parmigiano grattugiato
1 albume
1 cucchiaino di origano
sale

per la decorazione
150 g di pomodorini datterino
50 g di pistacchi in granella
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale

✱ UNA ORIGINALE TORTA SALATA CON UNA BASE CROCCANTE DI BRISÉE E FREGOLA, FARCITA CON UN COMPOSTO CREMOSO AL FORMAGGIO E ORIGANO E DECORATA CON POMODORINI APPASSITI AL FORNO.

PREPARATE LA PASTA BRISÉE

In una ciotola raccogliete la farina, unite il burro, ammorbidito a temperatura ambiente, e impastate fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungete il sale, l'acqua e la fregola, e impastate fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

RIVESTITE LO STAMPO

Stendete la pasta brisée allo spessore di 1/2 cm e rivestite il fondo di uno stampo a cerniera da 16-18 cm di diametro.

PREPARATE IL RIPIENO

In una ciotola raccogliete la ricotta setacciata e il formaggio grattugiato, e lavorate fino a ottenere un composto cremoso. Aggiustate di sale, unite l'albume e l'origano, e mescolate. Farcite la base con il ripieno, livellate e infornate a 160 °C per circa 45 minuti. Levate e fate raffreddare.

CUOCETE I POMODORINI E COMPLETATE

Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e disponeteli in una teglia, foderata con carta forno.
Conditeli con un pizzico di sale e un filo di olio, e infornate a 95 °C per circa 1 ora. Levate e fate raffreddare. Sformate la torta, guarnite la superficie con i pomodorini, la granella di pistacchi e un ciuffetto di basilico, e servite.

Sensazioni al pomodoro

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di pomodori; 10 g di concentrato di pomodoro; 240 g di burrata pugliese 120 g di formaggio canestrato pugliese; 150 g di peperoni rossi e gialli 2 peperoncini jalapeño; 80 g di crostini di pane; 4 foglie di basilico; radice di curcuma fresca; olio extravergine di oliva (fruttato intenso); sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e tagliate i pomodori a dadini, quindi passateli al passaverdure e poi filtrateli con un setaccio, per ottenere una consistenza il più fine possibile. Aggiungete il concentrato di pomodoro, condite con un pizzico di sale, mescolate e conservate in frigorifero.

2. Frullate la burrata in un mixer da cucina. Aggiungete il canestrato grattugiato e frullate ancora: al termine il composto deve risultare soffice e leggermente "montato". Trasferite in frigorifero e fate riposare per circa un'ora.

3. Lavate e asciugate i peperoni, privateli dei semi e delle coste bianche interne, e tagliateli a cubetti. Tagliate a rondelle sottili i peperoncini e grattugiate la radice di curcuma. Al momento di servire, distribuite la zuppa nelle fondine ben fredde e disponete al centro una pallina di burrata.

4. Guarnite con i cubetti di peperone, le rondelle di peperoncino e la curcuma grattugiata. Profumate con il basilico, pepate e ultimate con un filo di olio a crudo. Accompagnate con i crostini di pane e servite.

✱ UN INTRIGO DI SAPORE DOLCE, PICCANTE E CREMOSO, RIASSUNTO IN UNA CREMA DI POMODORO SERVITA FREDDA CON INGREDIENTI A CONTRASTO.

Insalata di pane e pomodoro con triglie al mais

Ingredienti (per 4 persone)

12 pomodorini datterino
4 fette di pane
8 filetti di triglia (senza pelle)
1 costa di sedano
6 foglie di basilico
1 peperoncino
100 g di farina di mais a cottura istantanea
40 g di burro
3 cucchiai di aceto
1 bicchiere di acqua
olio extravergine di oliva (fruttato delicato)
sale

vi serve inoltre
insalatina mista

Preparazione

1. Tagliate il pane a cubetti e fateli tostare in forno a 200 °C finché non saranno ben dorati, quindi sfornate e fateli raffreddare. Nel frattempo in una ciotola mescolate acqua e aceto; passate velocemente i cubetti di pane freddi nell'acqua e aceto, e fateli scolare per bene.

2. Tagliate a cubetti i pomodorini e il sedano. In una ciotola raccogliete i cubetti di pane, i pomodorini, il sedano e il basilico spezzettato, condite con il peperoncino tritato, un pizzico di sale e un filo di olio, mescolate e trasferite in frigorifero.

3. Salate leggermente i filetti di triglia e fateli riposare per qualche minuto, quindi tagliateli a tocchetti, bagnateli leggermente con un goccio di acqua e passateli nella farina di mais. In una padella fate sciogliere il burro, disponete i tocchetti di triglia e fateli scottare per qualche minuto.

4. Mettete l'insalatina di pane e pomodoro al centro dei piatti da portata. Quando i filetti di triglia saranno ben croccanti, levateli e distribuiteli vicino alla panzanella. Accompagnate con un po' di insalatina, e servite.

✱ TRIGLIE CROCCANTI PANATE ALLA FARINA DI MAIS, SERVITE SU PANZANELLA RICCA AL POMODORO, SEDANO E BASILICO: UN MUST DELL'ESTATE SI TRASFORMA IN UN PIATTO COMPLETO E RAFFINATO.

MILLE e una SFOGLIA

GIOCANDO CON SAPORI E CONSISTENZE DIVERSI, ROBERTO VALBUZZI REALIZZA QUATTRO MILLEFOGLIE ORIGINALI E D'EFFETTO. DOLCI E SALATI, INTERVALLANO – TRA STRATI DI SFOGLIE CROCCANTI E ANCHE AROMATIZZATE – MORBIDE FARCE E GOLOSE CREME. DA "MILLE E UNA NOTTE"!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di ROBERTO VALBUZZI - foto di EMANUELA DE SANTIS (ritratto) e ALESSANDRO ROMITI (ricette)

Preparazione

1. Preparate la pasta: formate la classica fontana con la farina e unite al centro il tuorlo, l'olio e il rosmarino tritato. Versate a filo l'acqua e iniziate a impastare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, copritela e fate riposare per almeno mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta e spennellate la sfoglia ottenuta con un filo di olio. Con l'aiuto di un coppapasta ricavate tanti dischetti spessi circa 1 mm e disponeteli in una placca, leggermente unta di olio.

3. Spennellate i dischetti con altro olio e fateli riposare per 30 minuti, quindi infornate a 180 °C e fate cuocere per 5 minuti. Sfornate e tenete da parte.

4. Per la fonduta: in una casseruola fate appassire la salvia con il burro; versate la panna e portate a ebollizione, quindi spegnate, eliminate la salvia e lasciate riposare per circa 3 minuti. Incorporate a poco a poco il parmigiano grattugiato, frullate con un mixer a immersione e filtrate con un colino. Profumate con una macinata di pepe e, se necessario, aggiustate di sale.

5. Lavate e mondate le verdure, quindi tagliatele a fiammifero e fatele saltare in padella con un filo di olio, l'aglio e un po' di maggiorana. Regolate di sale e di pepe. Componete i millefoglie alternando dischetti di pasta, verdure saltate e fonduta. Guarnite la superficie con altre verdure e qualche fogliolina di maggiorana, e servite.

Millefoglie croccante con carote e zucchine

Ingredienti (per 4 persone)

1 zucchina; 1 carota
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di maggiorana
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la pasta
500 g di farina 00
70 g di olio extravergine di oliva; 1 tuorlo; 150 g di acqua
10 g di rosmarino tritato

per la fonduta
300 g di panna fresca
75 g di burro
150 g di parmigiano grattugiato
qualche foglia di salvia
sale e pepe

Lasagnette di fillo ai fagiolini e patate

(pag. 55)

Sfoglie di frolla alla curcuma con prosciutto pere e primosale

(pag. 55)

Millefoglie alla crema di formaggio e piccoli frutti

ALICE TV

Roberto Valbuzzi è in onda con il programma "CASA ALICE" insieme a Veronica Maya. Su Alice Tv!

Lasagnette di fillo ai fagiolini e patate

Ingredienti (per 4 persone)

12 sfoglie di pasta fillo
400 ml di besciamella
200 g di fagiolini già mondati; 1 patata
100 g di crescenza
200 g di pesto di basilico
250 g di provola
60 g di parmigiano
1 noce di burro; sale

Preparazione

1. Con l'aiuto di un coppapasta ricavate tanti dischetti dalle sfoglie di pasta fillo. Fate sciogliere il burro e con l'aiuto di un pennello spennellate i dischetti. Disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C fino a doratura. Levateli e teneteli da parte.

2. Tagliate i fagiolini a tocchetti e la patata a dadini, e lessateli in acqua bollente e salata; una volta cotti, scolateli e raccoglieteli in una ciotola, tenendo da parte qualche fagiolino per la decorazione finale. Unite il pesto e 200 ml di besciamella, e mescolate.

3. Componete le lasagnette: mettete un dischetto di pasta fillo e farcite con la besciamella restante tiepida, le patate e i fagiolini, una noce di crescenza e una spolverizzata di provola e parmigiano grattugiati. Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti, terminando con i fagiolini tenuti da parte, e servite.

Sfoglie di frolla alla curcuma con prosciutto pere e primosale

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di prosciutto crudo tagliato sottile; 2 pere abate
300 g di primosale
1 bicchiere di vino bianco
zucchero
olio extravergine di oliva
pepe

per la frolla

2 tuorli; 250 g di farina 00
150 g di burro ammorbidito
1 cucchiaio di panna da cucina; 1 limone
8 g di curcuma; 10 g di sale

Preparazione

1. Per la frolla: in una ciotola lavorate i tuorli con il sale, la panna, la scorza di limone grattugiata e la curcuma; aggiungete quindi la farina setacciata e mescolate con un cucchiaio di legno fino a ottenere un composto omogeneo. Prendete una manciata di pasta e sfregatela tra le mani facendola cadere sul piano di lavoro: questa operazione, detta di "sabbiatura", consentirà di ridurre la pasta in piccoli granelli.

2. Incorporate il burro ammorbidito e impastate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Stendete la pasta tra due fogli di carta forno e con l'aiuto di un matterello stendetela sottilmente. Ricavate tanti quadrati, trasferiteli in una teglia e infornate a 180 °C fino a doratura. Levate e tenete da parte.

3. Sbucciate le pere e privatele del torsolo, quindi tagliatele a cubetti e fatele saltare in una padella con un pizzico di zucchero, un filo di olio e una macinata di pepe. Sfumate con il vino e lasciate asciugare, quindi spegnete e tenete da parte.

4. Componete i millefoglie: disponete un quadrato di frolla nei piatti da portata e mettete sopra una fetta di prosciutto e qualche cubetto di primosale e di pera. Coprite con un altro quadrato di frolla, guarnite con prosciutto, primosale e pere, e servite.

Millefoglie alla crema di formaggio e piccoli frutti

Ingredienti (per 6 persone)

250 g di pasta sfoglia
30 g di olio di semi di arachide
350 g di formaggio fresco spalmabile
1/2 bacca di vaniglia
120 g di zucchero a velo
100 ml di panna fresca
100 g di fragoline di bosco
100 g di lamponi
50 g di mirtilli

Preparazione

1. Con un matterello stendete la pasta in una sfoglia spessa circa 3 mm; ricavate tanti rettangoli delle stesse dimensioni, bucherellateli con i rebbi di una forchetta e spennellateli con l'olio. Disponeteli su una placca, foderata con carta forno, e infornate a 190 °C per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare.

2. Con una forchetta lavorate il formaggio fino a renderlo cremoso. Unite i semi della bacca di vaniglia e 100 g di zucchero e amalgamate per bene. Montate la panna e incorporatela delicatamente al composto, mescolando dal basso verso l'alto.

3. Mondate e lavate i frutti, quindi asciugateli con carta assorbente da cucina e uniteli alla crema di formaggio, tenendone da parte qualcuno per la decorazione finale. Mettete un rettangolo di pasta sfoglia su un piatto da portata e distribuitevi sopra un po' di crema e di frutti.

4. Coprite con un secondo rettangolo e farcite con un po' di crema e di frutti. Chiudete con l'ultima sfoglia e spolverizzate con lo zucchero restante. Realizzate gli altri millefoglie e trasferite in frigo per 30 minuti, quindi guarnite con i frutti tenuti da parte e servite.

ANTIPASTO VEGETARIANO

Variazioni di formaggio con emulsione di peperone e sfoglie croccanti alla canapa

(pag. 60)

✱ Lo chef **Gregori Nalon** nasce nel 1975 a Calcroci di Camponogara, paesino nella Riviera Del Brenta, in provincia di Venezia. Food Coach e socio fondatore di Facecook, la nuovissima piattaforma di cucina, si occupa anche di ricerca e sviluppo di nuove tecnologie, sperimentazione e consulenza.

Peperoni e peperoni

(pag. 60)

ANTIPASTO VEGANO

Dr Pepper

SEGUENDO LA FILOSOFIA DEI CINQUE ELEMENTI IN CUCINA, LO CHEF E FOOD COACH GREGORI NALON REALIZZA PIATTI GUSTOSI, LEGGERI E PERFETTAMENTE BILANCIATI. PROTAGONISTA È L'ORTAGGIO SIMBOLO DELL'ESTATE, IL PEPERONE, QUI VALORIZZATO, NEL GUSTO, NELLA FRAGRANZA E NEL COLORE, DA TECNICHE DI COTTURA DELICATE E ACCOSTAMENTI ORIGINALI

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GREGORI NALON - foto di ALESSANDRO ROMITI

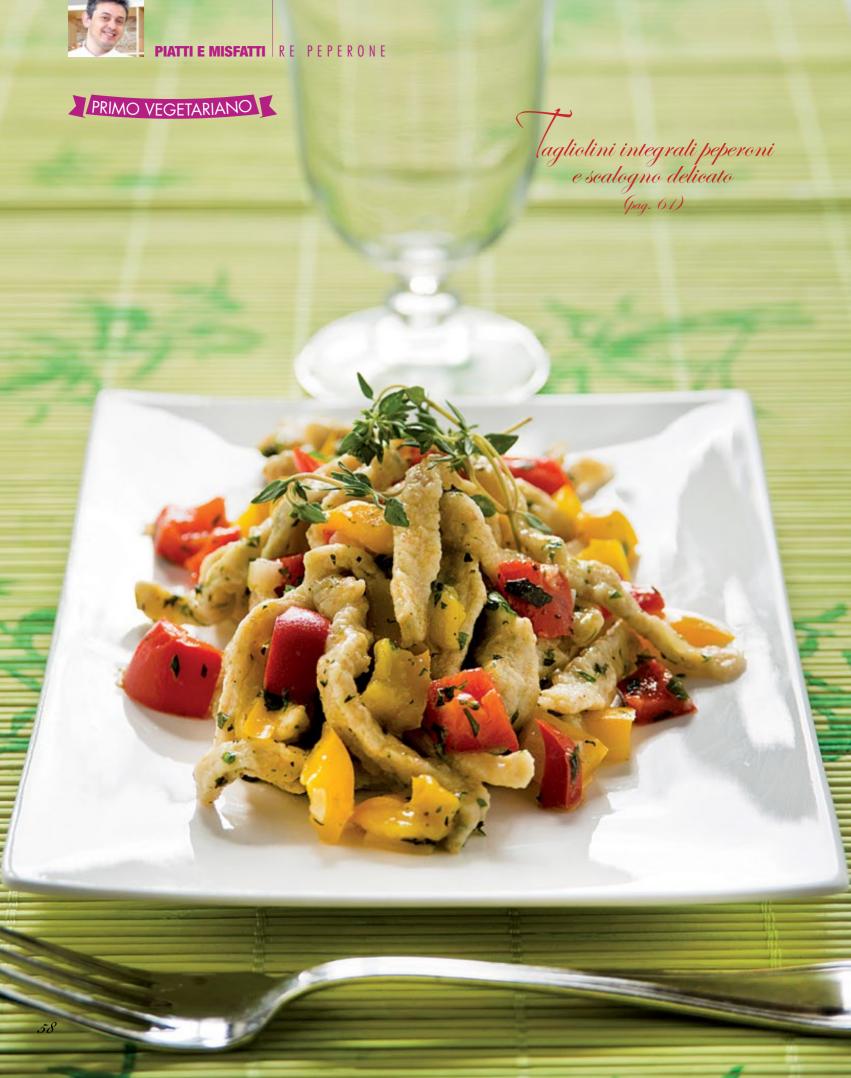
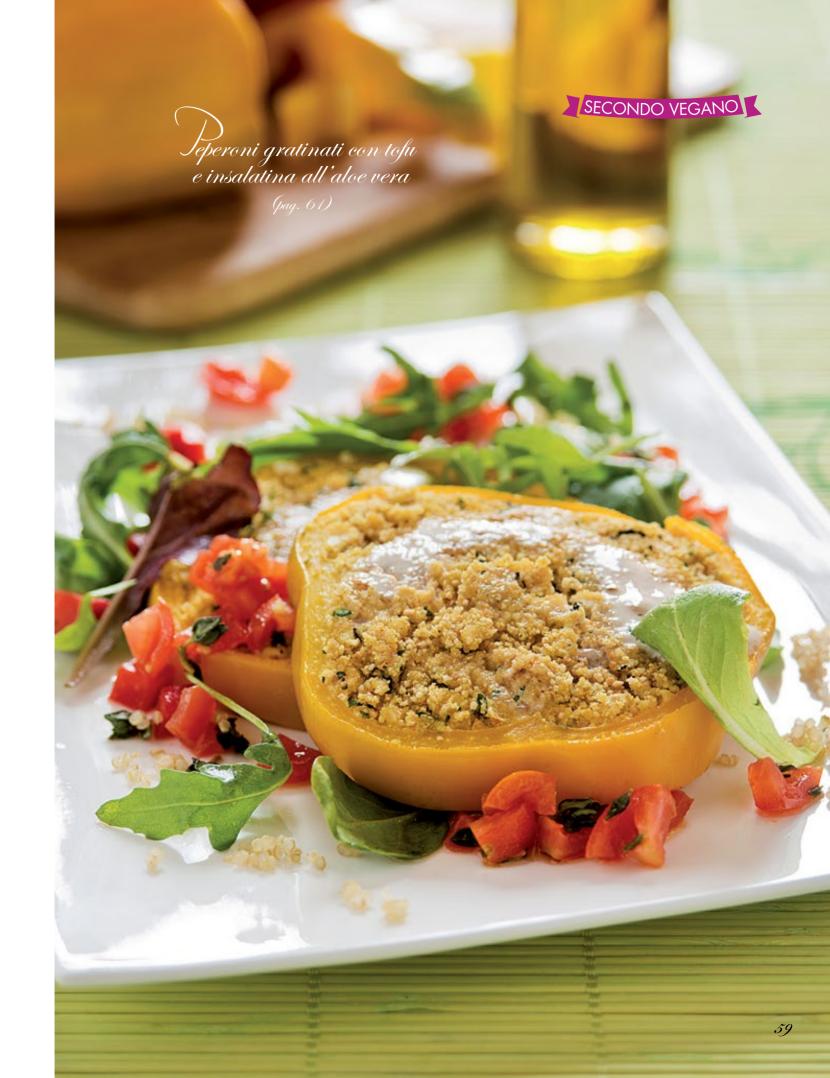
PRIMO VEGETARIANO

Tagliolini integrali peperoni e scalogno delicato

(pag. 61)

SECONDO VEGANO

Peperoni gratinati con tofu e insalatina all'aloe vera

(pag. 61)

Variazioni di formaggio con emulsione di peperone e sfoglie croccanti alla canapa

Ingredienti

per il formaggio base
600 g di formaggio fresco
40 g di olio extravergine di oliva
5 g di timo
50 g di pecorino grattugiato
sale e pepe bianco

per l'emulsione di peperone rosso
100 g di peperone rosso già lessato
50 g di olio extravergine di oliva
20 g di aceto di vino bianco
12 g di zucchero grezzo
3 g di timo
sale e pepe

vi servono inoltre
20 g di rape già lessate
1 bustina di zafferano
1 g di curcuma
1 lime
2 g di menta
2 g di basilico
3 g di prezzemolo
5 g di miglio già tostato in padella
5 g di semi di zucca già tostati in padella
30 g di semi di sesamo già tostati in padella
10 g di farina di cocco già tostata in padella
qualche foglia di soncino

Preparazione

1. Per il formaggio base: amalgamate per bene tutti gli ingredienti e dividete il composto ottenuto in 5 parti. Unite le rape rosse frullate; lo zafferano e la curcuma; la scorza di lime grattugiata e la menta, il basilico e il prezzemolo, tritati; il miglio e i semi di zucca; i semi di sesamo e la farina di cocco.

2. Per l'emulsione di peperone rosso: in un mixer da cucina raccogliete il peperone a dadini, unite tutti gli altri ingredienti e frullate. Spalmate le sfoglie croccanti alla canapa con le variazioni di formaggio e guarnitele con l'emulsione. Decorate con qualche fogliolina di soncino e servite.

Sfoglie croccanti alla canapa

Mescolate 100 g di farina di canapa con 2 g di maggiorana secca, 40 g di albume, 40 g di parmigiano grattugiato e un pizzico di sale e di pepe. Stendete il composto tra due fogli di carta forno e infornate a 160 °C per qualche minuto. Levate ed eliminate delicatamente un foglio di carta forno. Spezzettate irregolarmente e fate seccare in forno a 110 °C. Sfornate e tenete da parte.

Peperoni e peperoni

Ingredienti (per 4 persone)

per la crema di peperone rosso
2 peperoni rossi
50 g di olio extravergine di oliva
300 g di acqua
10 g di farina di tipo 1
30 g di vino rosso
sale e pepe

per l'emulsione di peperone giallo
2 peperoni gialli
70 g di olio extravergine di oliva
10 g di aceto di vino bianco
2 g di timo
sale e pepe

per il peperone marinato rosso
2 peperoni rossi
2 g di zenzero
10 g di succo di limone
0,1 g di cardamomo
la scorza di 1/4 di limone
50 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il peperone giallo padellato
2 peperoni gialli
2 g di aglio
10 g di porro
1/2 foglia di alloro
30 g di vino bianco
1 g di curcuma
50 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre
qualche rametto di timo

Preparazione

1. Per la crema di peperone rosso: lavate i peperoni, tagliateli a metà e privateli dei semi e delle coste bianche interne. Tagliateli a cubetti e fateli rosolare in padella con l'olio; bagnate con il vino e lasciate sfumare, quindi unite la farina e l'acqua, e fate cuocere per circa 15-20 minuti. Levate e frullate con un mixer a immersione. Regolate di sale e di pepe, e tenete da parte.

2. Per l'emulsione di peperone giallo: lavate i peperoni, tagliateli a metà e privateli dei semi e delle coste bianche interne. Tagliateli a listerelle e sbollentatele in acqua leggermente salata, quindi scolatele e raccoglietele in un mixer da cucina.

3. Unite l'olio, l'aceto, il timo e un pizzico di sale e di pepe, e frullate fino a ottenere una emulsione omogenea. Per il peperone marinato rosso: lavate i peperoni, tagliateli a metà e privateli dei semi e delle coste bianche interne; tagliateli a cubetti e conditeli con lo zenzero grattugiato, il cardamomo, la scorza e il succo di limone, l'olio e un pizzico di sale e di pepe. Mescolate, trasferite in frigorifero e lasciate marinare per almeno un'ora.

4. Per il peperone giallo padellato: lavate i peperoni, tagliateli a metà e privateli dei semi e delle coste bianche

interne. Tagliateli a julienne e sbollentateli in acqua leggermente salata; scolateli e poi fateli saltare in padella con l'olio e l'aglio e il porro, tritati. Sfumate con il vino, aromatizzate con l'alloro e la curcuma, regolate di sale e di pepe e infine spegnete.

5. Distribuite la crema di peperone rosso nei piatti da portata e sistemate sopra l'emulsione di peperone giallo. Adagiate al centro la julienne di peperone giallo e i cubetti di quello rosso marinato, e guarnite con qualche fogliolina di timo. Completate con i crostini alla paprica e servite.

Crostini alla paprica

Tagliate 80 g di pane a cubetti e conditeli con un filo di olio, un pizzico di sale e di paprica dolce, 5 g di capperi tritati e 5 g di zucchero grezzo di canna. Mescolate e fate tostare in forno fino a doratura.

Tagliolini integrali peperoni e scalogno delicato

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta

4 uova
300 g di farina integrale
2 g di timo fresco tritato
pepe

per il condimento

150 g di peperone rosso già mondato
150 g di peperone giallo già mondato
100 g di scalogno
1 spicchio di aglio
1-2 rametti di timo
10 g di rosmarino
6 g di basilico
50 g di vino bianco
50 g di burro
50 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova, il timo e un pizzico di pepe, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo (se necessario, aggiungete un goccio di acqua). Formate una palla, coprite e fate riposare per un'ora. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia non troppo sottile, arrotolatela e ricavate tanti tagliolini.

2. Per il condimento: in una casseruola fate appassire lo scalogno e l'aglio, tritati, con il burro e l'olio; unite i peperoni, tagliati a listerelle, salate, sfumate con il vino e fate cuocere per una ventina di minuti. Spegnete e profumate con le erbe aromatiche, tritate.

3. Lessate i tagliolini in acqua bollente e salata, quindi scolateli al dente e versateli in padella con il condimento. Mantecate per qualche minuto e infine impiattate. Completate con una macinata di pepe e qualche fogliolina di timo, e servite.

Peperoni gratinati con tofu e insalatina all'aloe vera

Ingredienti (per 4 persone)

2 peperoni gialli
400 g di tofu
50 g di aceto di vino bianco
200 g di pane grattugiato
80 g di panna vegetale di soia
20 g di quinoa già lessata
5 g di prezzemolo
3 g di basilico
1 g di menta
0,5 g di curry
4 g di paprica dolce
olio extravergine di oliva
sale e pepe bianco

per l'insalatina

80 g di insalatina mista
80 g di peperone rosso
5 g di aceto di vino bianco
sale e pepe bianco

per il condimento all'aloe vera

50 g di aloe vera
40 g di pomodoro
40 g di olio extravergine di oliva
2 g di timo
sale e pepe bianco

Preparazione

1. Lavate i peperoni e sbollentateli interi in acqua acidulata con l'aceto per qualche minuto; scolateli e fateli intiepidire. Impastate il tofu con il pane grattugiato, il curry, il basilico, il prezzemolo e la menta, tritati, e un pizzico di sale e di pepe. Eliminate la calotta superiore dei peperoni e poi farciteli con il tofu. Trasferite in frigorifero e lasciate riposare per almeno un'ora.

2. Tagliate i peperoni farciti a fette e fateli rosolare, solo sul fondo e senza girarli, in una padella con filo di olio. Mescolate la panna vegetale con la paprica, quindi cospargete sui peperoni e infornateli a 200 °C per circa 5 minuti. Levate e tenete da parte.

3. Per l'insalatina: tagliate il peperone a cubetti e conditeli con l'aceto e un pizzico di sale e di pepe. Uniteli all'insalatina mista e tenete da parte. Per il condimento: tagliate il pomodoro a cubetti e conditeli con l'aloe vera, l'olio, il timo tritato e un pizzico di sale e di pepe. In una padella fate tostare la quinoa già lessata.

4. Distribuite l'insalatina nei piatti da portata e adagiate al centro due fette di peperone farcito. Condite con il condimento all'aloe vera, cospargete con la quinoa croccante e servite.

ALICE TV

Gregori Nalon è in onda con il programma "PIATTI E MISFATTI". In onda su Alice tv!

A LEZIONE di BON TON(NO)

Quiche con peperoni e ventresca di tonno

(pag. 64)

DA PRODOTTO PRATICO E SALVA-PASTO A PROTAGONISTA DI PREPARAZIONI GOLOSE E STUZZICANTI. IL MERITO VA TUTTO A MONICA BIANCHESSI CHE CON IL TONNO SOTT'OLIO REALIZZA *APPETIZER*, CREME E PIATTI VELOCI, INVITANTI E ADATTI ALLA STAGIONE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MONICA BIANCHESSI
foto di ANTONELLA ARAVINI (ritratto); ALESSANDRO ROMITI (ricette)

Polpette di tonno con ricotta e limone
(pag. 64)

ALICE TV

Monica Bianchessi è in onda con il programma "PRONTO IN TAVOLA". Su Alice tv!

Quiche con peperoni e ventresca di tonno

Ingredienti (per 4-6 persone)

400 g di pasta brisée
2 peperoni gialli
2 peperoni lombardi dolci
2 patate già lessate
200 g di ventresca di tonno
30 g di prezzemolo tritato
2 uova
4 filetti di alici sott'olio
100 g di pecorino
100 g di pomodorini secchi sott'olio
200 ml di latte
burro; farina
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1. Lavate i peperoni e tagliateli a metà, quindi eliminate semi e coste bianche interne e fateli a listerelle. In una padella fate scaldare un filo di olio, unite i peperoni e un pizzico di sale, e fateli saltare per una decina di minuti, o comunque finché non risulteranno teneri. Spegnete, aggiungete le alici tritate, mescolate e tenete da parte.

2. Sbucciate le patate, schiacciatele con una forchetta e conditele con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. In una ciotola sbattete le uova con il latte; unite il prezzemolo, i pomodorini a pezzetti e il pecorino grattugiato, e mescolate. Aggiungete infine i peperoni e le patate.

3. Stendete la pasta brisée e rivestitevi una teglia da 24 cm di diametro, imburrata e infarinata; bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta, coprite con carta forno e fagioli secchi, e poi infornate a 200 °C per 15 minuti.

4. Levate, togliete la carta e i fagioli e infornate nuovamente a 180 °C per altri 10 minuti. Versate il composto di uova e verdure nel guscio, sistemate la ventresca, ben scolata dall'olio di conservazione e cercando di distribuire i pezzi in maniera uniforme, e infornate per altri 40 minuti. Sfornate e lasciate intiepidire, quindi tagliate a fette e servite.

Polpette di tonno con ricotta e limone

Ingredienti (per 4 persone)

230 g di tonno sott'olio
1 cucchiaio di capperi dissalati
1 limone
200 g di ricotta piemontese tipo seirass (non cremosa)
1 uovo grande
70 g di parmigiano grattugiato
100 g di pangrattato
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
olio di semi di arachide
sale

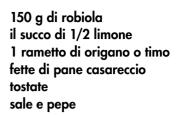
1. Tritate i capperi con 2 scorzette di limone. In una ciotola raccogliete il tonno, sgocciolato dall'olio di conservazione, e sminuzzatelo per bene; unite il trito di capperi e scorza di limone, la ricotta, il prezzemolo, l'uovo e il parmigiano, e mescolate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo (non frullatelo perché rischiereste di ottenere una consistenza troppo fluida).

2. Formate tante polpette della stessa dimensione e passatele nel pangrattato. Scaldate abbondante olio di semi alla temperatura di 170 °C e friggete le polpette, girandole di tanto in tanto. Quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Conditele con un pizzico di sale e servite immediatamente.

Crema di tonno con pomodorini confit

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di tonno sott'olio
3 filetti di alici sott'olio
20 g di prezzemolo tritato
30 g di capperi dissalati
100 g di yogurt greco

150 g di robiola
il succo di 1/2 limone
1 rametto di origano o timo
fette di pane casareccio tostate
sale e pepe

per i pomodorini confit

250 g di pomodorini datterini
qualche rametto di timo e origano
olio extravergine di oliva
sale

1. In un mixer da cucina raccogliete il tonno e le alici, ben sgocciolati dall'olio di conservazione, i capperi e lo yogurt, e frullate per bene. Unite il prezzemolo tritato, la robiola, il succo del limone e una macinata di pepe, e mescolate ancora. Se necessario, regolate di sale e trasferite in frigorifero.

2. Nel frattempo lavate i pomodorini e sbollentateli in abbondante acqua salata per appena 1 minuto; scolateli e passateli sotto l'acqua fredda. Eliminate la pellicina, sistemateli su una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un filo di olio, un pizzico di sale e gli aromi sfogliati. Fateli cuocere in forno ventilato a 120 °C per circa 2 ore.

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornateli e raccoglieteli in un vasetto. Copriteli di olio e poi trasferiteli in frigorifero. Al momento di servire, spalmate la crema di tonno sulle fette di pane tostato caldo e guarnite con i pomodorini e qualche fogliolina di origano o timo.

Crema di tonno con pomodorini confit

Filetto di vitello con salsa tonnata

Salsa tonnata

Con un mixer a immersione montate 3 tuorli con un pizzico di sale, 1 cucchiaio di senape e il succo di 1/2 limone, incorporando a filo 200 ml di olio di semi di arachide. Unite 150 g di tonno sott'olio, ben scolato dall'olio di conservazione, e frullate fino a ottenere una salsa liscia.

Ingredienti (per 4 persone)

4 filetti di vitello
4 fette di pancetta tesa
30 g di capperi dissalati
100 g di spinaci novelli
4 filetti di alici sott'olio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Incidete i filetti di vitello da un lato formando una piccola tasca; riempitela con un trito di capperi e alici, e poi avvolgete i filetti con le fette di pancetta. In una padella scaldate un filo di olio, disponete i filetti e fateli rosolare da entrambi i lati.

2. Salate leggermente la carne e terminate la cottura in forno a 180 °C per 5 minuti. Levate e tenete da parte. Distribuite gli spinacini nei piatti individuali e condite con un filo di olio e un pizzico di sale. Scaloppate la carne e sistematela sull'insalatina, accompagnate con la salsa tonnata e servite.

Il mare ha una storia da raccontare.

La storia di Angelo Parodi comincia nel 1888 quando il leggendario personaggio crea il marchio che, da oltre 100 anni, porta sulle tavole degli italiani l'eccellenza del tonno e delle sue conserve ittiche.

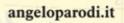
Filetti di Sgombro di altissima qualità. Compatti, teneri, ricchi di gusto e sapore. Vengono **lavorati direttamente sul luogo di pesca.**

Filetti di Acciughe.
Una vera prelibatezza per il palato. Vengono pescate nel **Mar Cantabrico** nel periodo primaverile. La lavorazione avviene sul luogo di pesca ed è esclusivamente manuale, per garantire in ogni momento un **prodotto eccellente.**

Trancio intero di Tonno.
Deve la sua qualità e morbidezza al rispetto di sapienti regole di taglio, pulitura e porzionatura ed alla **lunga stagionatura** in olio di oliva.

I Filetti di Tonno vengono pescati nell' Oceano Atlantico, nel periodo estivo, quando le carni risultano più morbide. Solo i filetti migliori, quelli più chiari e più compatti, vengono selezionati e **confezionati a mano**, uno a uno.

Dal 1888 un mare di esperienza.

Distribuito da Icat Food S.p.A. • Via Palestro, 2/5 • Genova

FRESCHE da SPALMARE

NELL'AGENDA DI MATTIA POGGI TANTI CONSIGLI E IDEE DA PORTARE IN TAVOLA, 365 PER LA PRECISIONE. A LUGLIO? CREME E GUACAMOLE IRRESISTIBILI E GOLOSE. DA SPALMARE SU CRACKERS, PIADINE, NACHOS E FOCACCINE, SONO REALIZZATE CON FRESCHE VERDURE DI STAGIONE. PER PARTY E APERITIVI DAL SUCCESSO ASSICURATO

di FMB - foto di SILVIA CENSI

Crema di pomodorini confit al timo
(pag. 70)

ALICE TV

Mattia Poggi è in onda con il programma "365 UNA RICETTA AL GIORNO". Tutti i giorni, ore 7.05, 13.20 e 22.25. Su Alice Tv!

In libreria, "La pasta detto fatto!" con tante ricette golose dedicate al primo preferito dagli italiani. (Sitcom Editore, 19,90 euro).

Crema di pomodorini confit al timo

Ingredienti (per 4-6 persone)

600 g di pomodorini
4 rametti di timo
zucchero di canna
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre

crackers
formaggio di capra

Preparazione

1. Lavate i pomodorini, asciugateli e tagliateli a spicchi. Disponeteli sulla placca del forno, foderata con carta forno, e spolverizzateli con sale, zucchero, pepe macinato al momento e un po' di timo tritato.

2. Condite con un filo di olio, mettete in forno caldo a 120 °C e fate cuocere per circa 1 ora e mezza, o comunque finché i pomodorini risulteranno ben asciutti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Raccogliete i pomodorini (tenendone da parte qualcuno per guarnire) nel bicchiere del mixer e frullate aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere una sorta di crema omogenea piuttosto densa.

4. Raccogliete la crema in una o più ciotoline, guarnite con gli spicchietti di pomodoro tenuti da parte e qualche foglia di timo, portate in tavola e servite con a parte cracker e qualche fettina di formaggio di capra francese (tipo bouche de chèvre).

Guacamole alla quinoa

Ingredienti (per 4-6 persone)

3 avocado
125 g di quinoa
3 cipollotti
2 lime
1 peperoncino
sale e pepe

vi servono inoltre

nachos

Preparazione

1. Sciacquate molto bene la quinoa, raccoglietela in una casseruola, coprite con il doppio del suo volume in acqua, mettete su fuoco medio e portate a ebollizione.

2. Incoperchiate e proseguite la cottura a fuoco basso per una quindicina di minuti o comunque finché risulterà cotta al dente. Levate e lasciate riposare per 5 minuti con il coperchio. Poi togliete il coperchio e mescolatela con una forchetta.

3. Ricavate la polpa degli avocado, raccoglietela in una ciotola, irroratela con il succo dei lime e schiacciatela con una forchetta. Mondate i cipollotti e tritateli finemente, compresa la parte verde.

4. Aggiungete il trito alla polpa di avocado, unite la quinoa, profumate con una macinata di pepe, un po' di peperoncino tritato e un pizzico di sale, e amalgamate molto bene. Raccogliete il guacamole in una o più ciotoline e servite accompagnando con dei nachos.

Crema di melanzane al tè e sesamo nero

Ingredienti (per 4-6 persone)

2-3 melanzane
1 spicchio di aglio
2,5 dl di tè
sesamo nero
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi serve inoltre

pane pita greco

Preparazione

1. Lavate le melanzane, asciugatele, spuntatele e tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Disponete le mezze melanzane sulla placca del forno, foderata con carta forno, con la parte tagliata verso l'alto.

2. Praticate qualche incisione nella polpa con un coltellino, sia in senso longitudinale sia orizzontale, a creare una sorta di reticolo. Condite con un filo di olio e un pizzico di sale, mettete in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per 30-40 minuti.

3. Capovolgete le mezze melanzane, bagnatele con il tè, rimettete in forno e fate cuocere finché la polpa risulterà ben tenera.

4. Levate, scavate la polpa delle melanzane e raccoglietela nel bicchiere del mixer. Unite l'aglio, tritato, e frullate aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere una crema omogenea e sufficientemente soda.

5. Regolate di sale, pepate e profumate con un po' di sesamo nero. Portate in tavola e servite con a parte un po' di pane pita greco scaldato in forno e tagliato a spicchi.

Crema di melanzane al tè e sesamo nero

Crema di carote cipolla e zenzero

Ingredienti (per 4-6 persone)

5-6 carote
1 cipolla rossa
1 rametto di timo
50 g di ricotta
zenzero
cumino in polvere
zucchero
olio extravergine di oliva
sale e pepe bianco

vi serve inoltre
focaccia alle olive nere

Preparazione

1. Raschiate le carote sotto l'acqua corrente, spuntatele e lessatele in acqua bollente leggermente salata per una decina di minuti. Poi levate e tenete da parte (conservando l'acqua di cottura). Tritate finemente la cipolla.

2. Tagliate le carote a tocchetti e raccoglietele nel bicchiere del mixer con il trito di cipolla e una grattugiata di zenzero. Condite con sale e zucchero, profumate con 1/2 cucchiaino di cumino e una macinata di pepe, e frullate unendo a filo l'olio necessario a ottenere una crema omogenea e sufficientemente soda.

3. Unite la ricotta e amalgamate. Levate e mettete in frigo a raffreddare. Una volta fredda, distribuite la crema in una o più ciotoline, profumate con un po' di timo tritato e servite, con a parte un po' di focaccia alle olive tagliata a fettine.

Luglio

UNA RICETTA AL GIORNO

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
27	28	29	30	1 Per preparare la pelle al sole, fate il pieno di carote, provatele nella ricetta di pag. 72!		3
4 Festa nazionale negli Stati Uniti. Organizzate un party bbq! Per le ricette andate a pag. 88.		6	7	8		10 In questa data si svolgerà la finale degli Europei di Calcio 2016. Noi tifiamo Italia e portiamo in tavola il tricolore!
11	12		14 In questa stagione fate il pieno di melanzane. Una ricetta per gustarle? Provate la crema di melanzane al tè e sesamo nero di Poggi.	15	16 Metti una sera a cena con gli amici. Preparate un'acqua aromatizzata con fettine di cetriolo, foglioline di menta e spicchi di lime!	17
	19	20	21	22		24
25 Voglia di una bella insalatona? Provate questa: dadini di melone, cetriolo e feta. Profumate con un po' di menta, condite con un filo di olio e gustate!	26	27 Troppo caldo in città? Provate il sorbetto di avocado di pag. 167 e il sollievo è assicurato!		29	30 Volete provare il guacamole alla quinoa? Prima di lessare la quinoa, sciacquatela accuratamente sotto l'acqua corrente fredda.	

VACANZE alle EOLIE

VARIEGATA ED ECLETTICA, LA CUCINA EOLIANA SI CARATTERIZZA PER L'UTILIZZO GENEROSO DELLE ERBE AROMATICHE, DEI CARATTERISTICI POMODORINI "A PENNULA", DEI CELEBRI CAPPERI E INFINE DEI LIMONI. SAPIENTEMENTE ABBINATI A PASTE, PESCE FRESCO E GRANITE, CONFERISCONO AI PIATTI FRAGRANZE E SAPORI DAVVERO UNICI. ED È SUBITO ESTATE

a cura della redazione - foto di **GIORGIA NOFRINI**; food stylist **ALICE ADAMS**

Spaghetti alla strombolana
(pag. 76)

Spaghetti alla strombolana

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghetti; 8 pomodorini a pennula
2 cucchiai di capperi; 6 acciughe sott'olio
2 spicchi di aglio; pangrattato; vino bianco; olio extravergine di oliva; sale

per la guarnizione
5-6 acciughe sott'olio; 1 cucchiaio di capperi

Preparazione

1. Lavate i pomodorini e tagliateli a spicchi. Dissalate i capperi e tritateli grossolanamente con le acciughe, ben scolate dall'olio di conservazione. In una padella fate soffriggere l'aglio con un filo di olio; aggiungete il trito di acciughe e capperi, e fate soffriggere per qualche minuto.

2. Sfumate con un goccio di vino bianco, aggiungete i pomodorini a spicchi e fate cuocere per circa 10 minuti su fiamma bassa. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente, tenendo da parte un bicchiere di acqua di cottura, e trasferitela nella padella.

3. Mantecate la pasta per qualche minuto, aggiungendo un goccio di acqua di cottura per legare il tutto. Cospargete con una manciata di pangrattato, mescolate e poi impiattate. Guarnite con le acciughe e i capperi, lasciati interi, e servite.

Involtini di pesce spada

Ingredienti (per 4 persone)

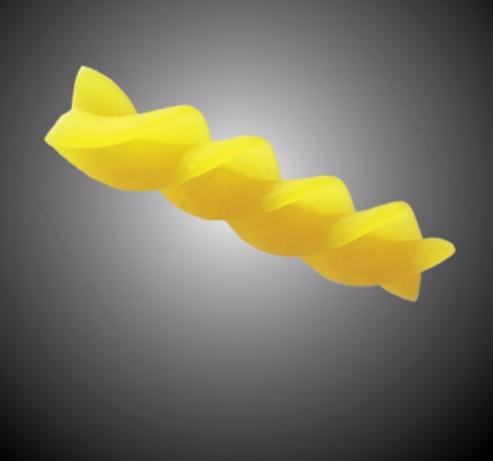
400 g di pesce spada in un trancio unico
4 cucchiai di pangrattato; 8 fette di limone sotto sale (o fresco)
30 g di capperi sotto sale; 1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva; sale e pepe

per la guarnizione
capperi; foglie di limone

Preparazione

1. Spellate il trancio di spada e tagliatelo a fettine sottili (di circa 2-3 mm di spessore). Sciacquate i capperi per eliminare il sale di conservazione, asciugateli e tritateli finemente con il prezzemolo. Raccogliete il pangrattato in una ciotola, unite il trito di capperi e prezzemolo, condite con un filo di olio, profumate con una macinata di pepe e mescolate.

2. Stendete le fettine di spada su un tagliere, farcitele con il composto preparato, profumate con una fetta di limone, arrotolate a involtino e fermatele con uno stecchino.

3. Con un filo di olio ungete una teglia da forno e disponete gli involtini con l'apertura verso il basso. Salate leggermente e condite con un altro filo di olio, quindi infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 10 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, impiattate, guarnite con qualche cappero e qualche foglia di limone, e servite.

Involtini di pesce spada

Granita al passito

Ingredienti (per 4 persone)

175 g di zucchero; 225 ml di acqua
500 ml di passito; 1 limone

Preparazione

1. In un pentolino raccogliete l'acqua e lo zucchero, mettete sul fuoco e fate sciogliere su fiamma bassa. Aggiungete il passito e il succo e la scorza grattugiata del limone, e mescolate per bene. Spegnete e lasciate raffreddare.

2. Una volta freddo, versate il composto in una terrina di acciaio, trasferite in freezer e fate congelare per almeno 2-3 ore, mescolando ogni 30 minuti con un cucchiaio per rompere i cristalli di ghiaccio. Distribuite la granita nei bicchieri ben freddi e servite immediatamente.

PASTE D'ESTATE

IL PIATTO DELL'ESTATE PER ANTONOMASIA? UNA BELLA PASTA FREDDA. NOI VE NE PROPONIAMO BEN SEI: TUTTE REALIZZATE CON I FORMATI CORTI PIÙ AMATI, SONO GOLOSAMENTE (E GENEROSAMENTE) CONDITE CON SUGHETTI, PESTI E "CAVIALI" FRESCHI E INEBRIANTI

a cura della redazione; ricette e foto di RAFFAELLA CAUCCI

Fusilli con verdure estive primosale acciughe e capperi

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di fusilli
1 melanzana
1 peperone giallo
1 zucchina
250 g di primosale
1 cucchiaio di capperi dissalati
8 filetti di acciuga sott'olio
2 spicchi di aglio
qualche rametto di origano
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate e mondate le verdure, quindi tagliatele a cubetti e trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno; unite gli spicchi di aglio e condite con un pizzico di sale. Cospargete con la metà dei capperi, tritati, e un po' di origano, e infornate a 200 °C per circa 10 minuti.

2. Levate, condite con un filo abbondante di olio, mescolate e infornate per altri 5-10 minuti. Sfornate e tenete da parte. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente, passatela velocemente sotto un getto di acqua fredda, per interromperne la cottura, e raccoglietela in una ciotola.

3. Unite le verdure, il primosale a dadini, i capperi restanti e infine le acciughe, ben scolate e tagliate a metà; mescolate, coprite e trasferite in frigorifero. Al momento di servire, impiattate e ultimate con un filo di olio a crudo.

Mezze maniche rigate con fagiolini e polpettine fredde di formaggio

(pag. 84)

Ruote con friggitelli pomodorini burrata e pinoli
(pag. 84)

Mezze maniche rigate con fagiolini e polpettine fredde di formaggio

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di mezze maniche rigate
350 g di caprino di mucca
350 g di fagiolini già lessati
1 ciuffo di menta
1 spicchio di aglio
semi di lino
semi di papavero
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tagliate i fagiolini a pezzetti di circa 2 cm e trasferiteli in una ciotola capiente; unite qualche foglia di menta, lo spicchio di aglio, un filo di olio e un pizzico di sale, e mescolate. Coprite e trasferite in frigorifero per circa un'ora.

2. Con il caprino formate tante piccole polpette facendole roteare delicatamente tra le mani; passatene la metà nei semi di lino, e l'altra metà in quelli di papavero. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e passatela sotto un getto di acqua fredda per bloccarne la cottura.

3. Trasferite la pasta nella ciotola con i fagiolini, eliminate l'aglio, condite con un filo di olio e mescolate. Trasferite sia le polpettine di caprino sia la pasta in frigorifero. Al momento di servire, distribuite la pasta nelle fondine individuali e condite con un altro filo di olio a crudo. Guarnite con le polpettine e qualche fogliolina di menta, e servite.

Ruote con friggitelli pomodorini burrata e pinoli

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di ruote
10 friggitelli
2 burrate da 150-200 g l'una
250 g di pomodorini ciliegino
30 g di pinoli già pelati
1 ciuffo di basilico
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate i friggitelli, tagliateli a rondelle e fateli saltare in una padella con un filo di olio. Condite con un pizzico di sale e tenete da parte. In una padella antiaderente fate tostare i pinoli.

2. Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e raccoglieteli in una ciotola. Conditeli con l'aglio, qualche foglia di basilico, un pizzico di sale e un filo di olio; mescolate e lasciate insaporire per una mezz'ora.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela e passatela sotto un getto di acqua corrente fredda per interromperne la cottura. Trasferitela nella ciotola con i pomodorini, aggiungete i pinoli, un filo di olio e i friggitelli, tenendo da parte un po' del loro olio di cottura, e trasferite in frigorifero.

4. Al momento di servire, distribuite la pasta nelle fondine individuali e adagiate al centro metà burrata. Guarnite con l'olio dei friggitelli e qualche fogliolina di basilico, e servite.

Mezze penne rigate con cuoricini di gelatina di pomodoro pesto e fiocchi di latte

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di mezze penne rigate
700 g di pomodori a grappolo
300 g di fiocchi di latte
10 g di colla di pesce
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di basilico
5 cucchiai di pesto di basilico
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

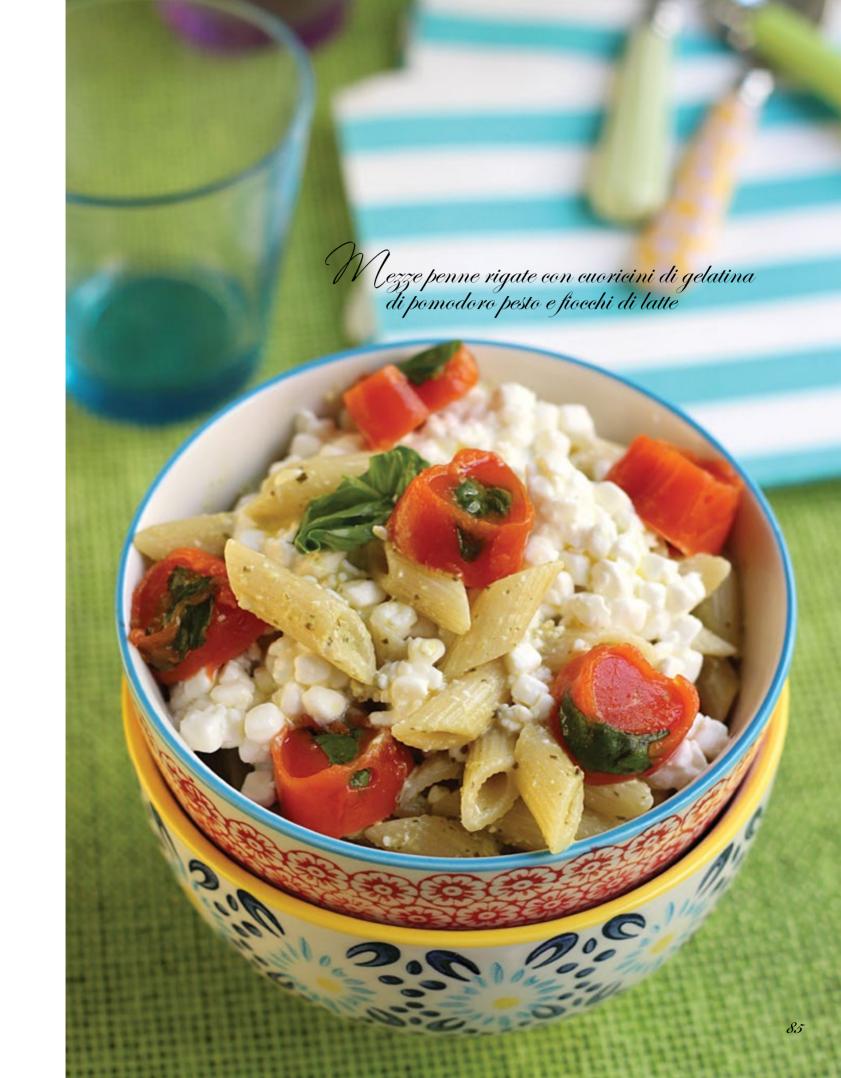
1. Lavate i pomodori, incideteli e scottateli in acqua bollente per appena 1 minuto. Scolateli, pelateli e tagliate la polpa a cubetti. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio, unite i pomodori, salate e fate cuocere fino a quando si sarà formato un bel sughetto. Spegnete e lasciate intiepidire.

2. Mettete la colla di pesce in ammollo in acqua fredda. Trasferite i pomodori in un robot da cucina e frullate, quindi rimettete in padella e scaldate leggermente. Strizzate la colla di pesce e aggiungetela al sugo, quindi mescolate, senza portare a bollore, e spegnete.

3. Sciacquate uno stampo per cubetti di ghiaccio a forma di cuore e mettete all'interno qualche foglia di basilico. Versate il passato di pomodoro e fate raffreddare completamente. Coprite con un foglio di carta alluminio e trasferite in frigorifero per almeno 6 ore.

4. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela e passatela sotto un getto di acqua corrente fredda per interromperne la cottura. Trasferitela in una ciotola, unite il pesto, i fiocchi di latte e un filo di olio, e mescolate. Distribuite la pasta nelle fondine individuali, sformate delicatamente le gelatine e adagiatele sopra. Guarnite con qualche foglia di basilico, e servite.

Mezze penne rigate con cuoricini di gelatina di pomodoro pesto e fiocchi di latte

Sedani rigati con pomodori secchi e caviale di melanzane

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di sedani rigati
1 melanzana grande
100 g di pomodorini secchi già ammollati
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate la melanzana, punzecchiatela con uno stecchino di legno e poi avvolgetela con un foglio di carta alluminio. Trasferite in una teglia e infornate a 200 °C per circa 1 ora, avendo cura di girarla a metà cottura. Sfornate e lasciate intiepidire. Eliminate la buccia esterna e prelevate la polpa con un cucchiaio.

2. Raccogliete la polpa di melanzana in un mixer da cucina, unite l'aglio e il basilico, e frullate versando a filo l'olio necessario a ottenere una crema. Aggiustate di sale. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, scolatela al dente e passatela sotto un getto di acqua fredda, per bloccarne la cottura.

3. Trasferite la pasta in una ciotola e unite il caviale di melanzane e i pomodorini secchi, ben scolati e tagliati a filetti. Condite con un filo di olio e profumate con qualche foglia di basilico, quindi mescolate e trasferite in frigorifero. Al momento di servire, distribuite nelle fondine individuali e ultimate con un filo di olio a crudo.

Penne integrali rigate con polpo patate e olive taggiasche

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di penne rigate integrali
800 g di polpo verace già pulito
3 patate già lessate
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
1 cucchiaio di olive taggiasche sott'olio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Scaldate un filo di olio in una casseruola dal fondo spesso, mettete il polpo, incoperchiate e lasciate insaporire su fuoco medio-basso. Quando il polpo avrà iniziato a tirare fuori la sua acqua, giratelo e proseguite la cottura su fiamma media per circa 1 ora e mezza (oppure 1 ora se i polpi sono due da 400 g).

2. Quando i tentacoli nel loro punto più spesso risulteranno teneri, spegnete e lasciate riposare fino a completo raffreddamento. Sbucciate le patate e tagliatele a cubetti, quindi raccoglieteli in una ciotola e conditeli con l'aglio, il prezzemolo tritato e un filo di olio. Unite il polpo, ben scolato e tagliato a pezzetti, le olive taggiasche e una macinata di pepe.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e passatela sotto un getto di acqua corrente fredda, per interromperne la cottura. Trasferitela nella ciotola con il polpo e le patate, mescolate per bene e trasferite in frigorifero. Al momento di servire, impiattate e ultimate con un filo di olio a crudo, il prezzemolo spezzettato e una macinata di pepe.

IL RITO DELL'ESTATE PER ANTONOMASIA, IL BARBECUE, SI TRASFORMA IN APPUNTAMENTO DA VERI GOURMAND. GRAZIE A TAGLI DI CARNE PREGIATI, RESI ANCORA PIÙ SUBLIMI DA MARINATURE, EMULSIONI E SALSE BBQ, E A CONTORNI FRAGRANTI E GOLOSI CON CUI ACCOMPAGNARLI

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **MASSIMO PICCHERI** (Le Officine del Gusto, Roma)
foto e styling **ELISA ANDREINI**

CARNE al fuoco

Costine di agnello lardellate con indivia belga

Ingredienti (per 4 persone)

8 costine di agnello zackel
16 fette di lardo di Arnad
4 cespi di indivia belga
2 arance
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Rivestite le costine di agnello con le fette di lardo. Lavate i cespi di indivia belga e tagliateli a metà, quindi disponeteli sul barbecue, a brace moderata, e fateli cuocere su entrambi i lati. Sistemate anche le costine di agnello e fatele grigliare da un lato; sfumatele con il succo delle arance, giratele e fatele cuocere anche dall'altro lato.

2. A cottura ultimata, levate le costine e mettetene due su ciascun piatto da portata. Togliete anche l'indivia e conditela con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Distribuitela nei piatti da portata, guarnite tutto con un po' di scorza grattugiata e qualche spicchio di arancia, e servite.

Hamburger alla doppia senape e cipolle grigliate

Ingredienti (per 4 persone)

1,2 kg di carne macinata di chianina
3 cipolle rosse di Tropea
4 panini multicereali con semi
senape gialla in polvere
senape bruna in grani
olio extravergine di oliva
sale rosso delle Hawaii
pepe bianco di Sarawak

vi servono inoltre

1 pomodoro
foglie di lattuga
maionese fatta in casa

Preparazione

1. In una ciotola raccogliete la carne e aggiungete 2 cucchiai di senape gialla in polvere, una macinata abbondante di senape bruna e un pizzico di sale rosso e di pepe bianco, e impastate energicamente fino a ottenere un composto ben amalgamato.

2. Disponete il macinato tra due fogli di carta forno e stendetelo con un matterello a uno spessore di almeno 3 cm. Levate delicatamente la carta forno e con un coppapasta da circa 10 cm di diametro ricavate tanti dischi di carne. Trasferiteli in frigorifero e fateli riposare per circa mezz'ora.

3. Sbucciate le cipolle e dividetele a metà, quindi disponetele sul barbecue e grigliatele da entrambi i lati. Levatele, tagliatele a rondelle e tenete da parte. Trascorso il tempo di riposo, levate gli hamburger dal frigorifero e grigliateli 10 minuti per lato (la carne risulterà ben cotta all'esterno e rosata all'interno).

4. Tagliate i panini a metà e fateli tostare sul barbecue. Farciteli con gli hamburger di carne, qualche rondella di pomodoro, qualche foglia di lattuga e un po' di maionese. Accompagnate con gli anelli di cipolla, guarnite con un filo di olio a crudo e servite.

C'È LEGNA E LEGNA...

- In generale, la brace migliore è quella preparata con legni duri (quercia, faggio, acacia).
- Per la cottura delle carni rosse è consigliabile utilizzare la legna di ciliegio o di castagno.
- La legna deve sempre essere asciutta: più basso è il contenuto di umidità, meno sostanze inquinanti rilascia.
- Per la cottura delle carni bianche sono indicati i legni di alberi da frutta.
- Meglio non utilizzare piante resinose come le conifere, abeti o alberi di pino.

Costine di suino nero dell'Appennino in salsa bbq e spiedini di patate

(pag. 92)

Costine di suino nero dell'Appennino in salsa bbq e spiedini di patate

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di costine di suino nero dell'Appennino; 3 patate; 1/2 cipolla; 2 spicchi di aglio 250 g di passata di pomodoro; 10 g di concentrato di pomodoro; 4 cucchiai di aceto di mele; 40 g di zucchero di canna; 1 cucchiaio di senape gialla in polvere; 1 cucchiaio di salsa worcestershire; 1 cucchiaio di pimenton affumicato; sale e pepe nero di Sarawak

1

PREPARATE LA SALSA

In un pentolino raccogliete la passata, il concentrato di pomodoro, la cipolla lasciata intera, l'aglio senza anima, l'aceto di mele, lo zucchero di canna, la senape in polvere, la salsa worcestershire, il pimenton affumicato, un pizzico di sale e una macinata di pepe, e mescolate accuratamente.

2

FATE CUOCERE

Mettete il pentolino sul fuoco e fate cuocere su fiamma vivace; appena arriverà al bollore, abbassate la fiamma, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto.

3

E INFINE FILTRATE

Trascorso il tempo di cottura, spegnete, filtrate la salsa attraverso un colino e tenete da parte.

4

TAGLIATE LE PATATE
Lavate accuratamente le patate e tagliatele a fette spesse circa 1 cm, senza sbucciarle.

5

INFILZATELE NEGLI SPIEDINI
Sistemate tre fette di patate su ciascuno spiedino.

6

SPENNELLATE TUTTO CON LA SALSA
Aiutandovi con un pennello in silicone, cospargete gli spiedini di patate e le costine di suino con la salsa, e lasciate riposare per una decina di minuti.

7

CUOCETE E SERVITE
Disponete le costine di suino e gli spiedini di patate sul barbecue, e fate cuocere per circa 20 minuti, girandoli di tanto in tanto. Distribuite le costine nei piatti da portata, accompagnate con uno spiedino per ciascun commensale e servite.

Gran mix
(pag. 96)

Tagliata di pollo free range con peperoni grigliati
(pag. 96)

Gran mix

Ingredienti (per 4 persone)

1 fetta di petto di vitella
2 alette di pollo ruspante
2 bistecche di collo di suino nero dell'Appenino
1 costata di limousine marchigiana
5-6 arrosticini di pecora
fettine di pancetta fresca
3 zucchine
2 melanzane
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate le verdure, spuntatele e tagliatele a fettine. Preparate il barbecue e sistemate la costata di limousine marchigiana sulla griglia. Dopo 1 minuto disponete il petto di vitella, chiudete con il coperchio e fate cuocere 4 minuto per lato.

2. Dopo 2 minuti aggiungete le alette di pollo, le bistecche di collo di suino e gli arrosticini, chiudete nuovamente con il coperchio e fate cuocere per circa 5 minuti in totale.

3. Disponete anche le verdure e le fette di pancetta e grigliatele da entrambi i lati. Quando le verdure saranno pronte, levate anche la carne e trasferite tutto in un piatto da portata. Condite con un filo di olio e un pizzico di sale, e servite immediatamente.

Nel metodo di cottura indiretto la carne viene cotta vicino alla fonte di calore ma non direttamente sul fuoco. Andrebbe utilizzato il barbecue con il coperchio per ricreare una sorta di "effetto forno". Grazie alla distribuzione del calore, la carne risulterà cotta in maniera uniforme e più morbida.

Tagliata di pollo free range con peperoni grigliati

Ingredienti (per 4 persone)

4 sovracosce di pollo free range già disossate
1 limone
4 peperoni rossi
1 ciuffo abbondante di erbe aromatiche miste (timo, rosmarino, alloro, mirto, aneto, salvia)
1 spicchio di aglio rosso
olio extravergine di oliva; sale
pepe rosa in grani

Preparazione

1. Sfogliate il ciuffo di erbe aromatiche miste, tritatele finemente e raccoglietele il trito ottenuto in una ciotola. Unite un filo abbondante di olio, il succo del limone e un po' di pepe rosa, pestato, e mescolate accuratamente. Disponete le sovracosce di pollo, copritele per bene con la marinatura e fatele riposare una mezz'ora.

2. Lavate e asciugate i peperoni, quindi sistemateli sul barbecue e grigliateli, girandoli di tanto in tanto. Quando saranno ben abbrustoliti, levateli, raccoglieteli in un sacchetto di carta per il pane e fateli raffreddare. Eliminate la pellicina, i semi e le coste bianche interne, e fateli a listerelle. Conditeli con un filo di olio, un pizzico di sale e l'aglio, e teneteli da parte.

3. Trascorso il tempo di marinatura, disponete le sovracosce di pollo sul barbecue e fatele cuocere 10 minuti per lato. Levatele e trasferitele nei piatti da portata. Guarnite con qualche ciuffetto di rosmarino, un filo di olio a crudo e una macinata di pepe rosa, accompagnate con i peperoni e servite.

Pannicolo di fassona piemontese e radicchio

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di pannicolo di fassona piemontese
2 cespi di radicchio lungo
senape gialla in polvere
senape bruna in polvere
olio extravergine di oliva
sale affumicato
pepe nero lungo dell'India

Preparazione

1. Sistemate la carne in una teglia; aggiungete 1 cucchiaino di senape gialla e bruna, una macinata di pepe, un pizzico di sale e abbondante olio, e massaggiate per bene la carne. Copritela, trasferitela in frigorifero e fate riposare per circa mezz'ora.

2. Eliminate le foglie più esterne dai cespi di radicchio, sciacquateli e tagliateli a metà; disponeteli sul barbecue e grigliateli su entrambi i lati finché non saranno croccanti. Levateli e teneteli da parte.

3. Trascorso il tempo di marinatura, scolate la carne, sistemala sul barbecue e fatela cuocere circa 3 minuti per lato (il tempo di cottura può variare in base allo spessore della carne). Levate la carne e scaloppatela. Distribuitela nei piatti da portata, accompagnate con il radicchio, condite con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe, e servite.

Pannicolo di fassona piemontese e radicchio

1

2

SERIAL gRILLER

TUTTO L'OCCORRENTE PER REALIZZARE BARBECUE E GRIGLIATE IMPECCABILI. DEDICATO AI "FUOCHISTI SERIALI"

di EMANUELA BIANCONI

3

4

1. Per grigliare il pesce, *Fish Grill* di **Emile Henry**. Grazie ai due pratici manici, può essere portato dal barbecue direttamente in tavola. Prezzo: 69,90 euro.

2. Forchettone di **Opinel**, collezione Parallèle. Il manico è in legno di faggio e la forchetta in acciaio inox. Prezzo: 20,95 euro.

3. Lo spiedino di **Tescoma** ha un'impugnatura colorata e un anello nello stesso colore, in silicone resistente al calore fino a 230 °C. Per realizzare gustosi spiedini. Prezzo: 11,90 euro (set da 2 pezzi).

4. Forchettone di **Opinel**, collezione Intempora. Il manico è in poliossimetilene arricchito di fibra di vetro e la forchetta in acciaio inox. Prezzo: 26,50 euro.

5. *Picnic* è il set per il condimento con 2 contenitori per salse. In legno e materiale plastico. Di **Maiuguali**. Prezzo: 15 euro.

6. *Grill Barbecue* di **Emile Henry** consente di cuocere spiedini di carne, pesce e verdure appoggiandoli sulle pratiche scanalature della griglia. Prezzo: 49,90 euro.

7. *Palla di fuoco* è il barbecue di **Maiuguali** con

5

6

maniglia e con valvole di regolazione d'aria. In metallo. Prezzo: 71 euro.

8. La piastra grill rotonda extralarge di **Le Creuset** consente di cuocere carne, pesce, verdure e anche pizza. In ghisa, può essere utilizzata sia in forno sia sul barbecue. Prezzo: 119 euro.

9. La spazzola elettrica consente di pulire velocemente e con grande facilità la griglia del barbecue. Da **D-mail**. Prezzo: 14,90 euro.

10. Barbecue a carbone portatile *Smokey Joe Premium* di **Weber**. La griglia di cottura è in acciaio cromato. Prezzo: 109,90 euro.

11. Elegante e funzionale, il barbecue da tavola di **Tescoma** fa parte della linea Party Time. In acciaio inox, con comode impugnature per il trasporto. Prezzo: 149,90 euro.

12. Il set *Bbq* di **Maiuguali** è composto da 4 accessori in legno e acciaio, e guanto in tessuto. Prezzo: 49 euro.

13. Barbecue a gas portatile *Q 1200 Green* di **Weber**. Braciere e coperchio in ghisa di alluminio, 2 griglie di cottura smaltate in ghisa di acciaio. Prezzo: 329 euro.

14. Per portare in tavola tante salsine prelibate, ecco il piatto fondo con 3 vaschette per salse. Di **Maiuguali**. Prezzo: 12 euro.

15. *Hamburger* è il set di **Maiuguali** con pressa per hamburger, due bottiglie per salse e otto stecchini in bambù. Prezzo: 30 euro.

SPECIALE SALSE

Caratterizzata dal tipico aroma fumé, la salsa barbecue di **Develey** è perfetta accostata a carni alla griglia e panini di ogni genere e gusto. Prezzo: 1,79 euro.

Per dare uno sprint in più a spiedini e hamburger, ecco le salse barbecue di **HP**. Prezzo: a partire da 10,51 euro.

A proposito di salse, nel prossimo numero di Alice di tutto e di più per insalate, risi, carne e pesce!

ARROSTI D'ESTATE

COTTI A PUNTINO E POI SERVITI FREDDI, GLI ARROSTI SI TRASFORMANO IN SECONDI PIATTI PERFETTI PER LA STAGIONE PIÙ CALDA. ACCOMPAGNATI DA SALSE VELLUTATE, PESTI FRAGRANTI E GRANITE SALATE, SORPRENDONO PER SAPORI, ACCOSTAMENTI E CONSISTENZE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma)
foto di ALESSANDRO ROMITI

Arrosto freddo di vitella con pesto di fiori di zucca e granita di zucchine e menta

(pag. 104)

Filetto di manzo arrosto con datterini e crema di basilico

(pag. 104)

Arrosto freddo di vitella con pesto di fiori di zucca e granita di zucchine e menta

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di girello di vitella
2 mazzetti di fiori di zucca
3 coste di sedano
2 carote
1 cipolla
20 g di capperi dissalati
30 g di pinoli già pelati
3 acciughe di Cetara sott'olio
1 ciuffo di menta
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale dolce di Cervia

Preparazione

1. Mondate e lavate gli odori, quindi tritateli finemente e fateli appassire in una casseruola capiente con un filo di olio; disponete il girello e fatelo rosolare su tutti i lati. Bagnate con il brodo vegetale caldo, salate, incoperchiate e fate cuocere per circa 45 minuti. Spegnete e tenete da parte.

2. Pulite i fiori di zucca, sciacquateli e metteteli in un mortaio, aggiungendo anche 2 pistilli; unite i pinoli, i capperi e le acciughe, e iniziate a pestare versando a filo l'olio necessario a ottenere un pesto omogeneo. Aggiustate di sale.

3. Tagliate a fettine l'arrosto ormai freddo e disponete sopra un po' di pesto di fiori di zucca e la granita di zucchine. Condite con un filo di olio a crudo, guarnite con qualche fogliolina di menta e servite.

Granita di zucchine e menta

Lavate e spuntate 8 zucchine romanesche, quindi prelevate solo la parte verde e raccoglietela in un mixer da cucina; unite 1 ciuffo di menta e un pizzico di sale, e frullate versando a filo l'olio necessario a ottenere una crema. Trasferitela in una terrina di acciaio e mettete in freezer per almeno 3 ore, mescolando ogni 30 minuti per rompere i cristalli di ghiaccio.

Filetto di manzo arrosto con datterini e crema di basilico

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di manzo intero
400 g di pomodorini datterino
1 cucchiaio di parmigiano
1 manciata di pinoli già pelati
1 scalogno
1 ciuffo di basilico
1 bicchiere di vino bianco
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale dolce di Cervia
pepe bianco di Sarawak

Preparazione

1. Eliminate eventuali parti grasse dal filetto, conditelo con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, massaggiatelo per bene e lasciatelo riposare per qualche minuto. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà, quindi eliminate i semi e l'acqua di vegetazione e tagliateli a dadini. Coditeli con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e tenete da parte.

2. In una casseruola capiente fate appassire lo scalogno, tritato, con un filo di olio; disponete il filetto e fatelo rosolare per bene da tutti i lati. Sfumate con il vino, incoperchiate e fate cuocere per circa 45 minuti, bagnando di tanto in tanto con il brodo caldo.

3. In un mixer da cucina raccogliete il basilico, il parmigiano e i pinoli, e frullate versando a filo l'olio necessario a ottenere una crema omogenea. Tagliate il filetto ormai freddo a fette non troppo sottili e guarnitele con la crema di basilico e i datterini a dadini. Profumate con una macinata di pepe e servite.

Carré di suino con fiocchi di robiola di capra e cotto di fichi

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di carré di suino brado
300 g di robiola di capra
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo
1 ciuffo di mirto
1-2 foglie di alloro
1 cipolla
1 spicchio di aglio
vino bianco
cotto di fichi
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. In un tegame fate appassire la cipolla, tritata finemente, e l'aglio in camicia con un filo di olio; disponete il carré di suino, profumate con le erbe aromatiche, tritate, e fate cuocere per circa 2 ore a fuoco molto lento, sfumando di tanto in tanto con un goccio di vino.

2. Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate riposare il carré per almeno una mezz'ora. Nel frattempo lavorate la robiola con una forchetta. Tagliate a fette il carré ormai freddo e guarnitele con fiocchi di robiola e qualche goccia di cotto di fichi. Profumate con qualche fogliolina di timo e servite.

Cotto di fichi

Preparazione tradizionale, il cotto di fichi è una riduzione di acqua e fichi neri locali, raccolti a fine settembre e poi fatti seccare. I fichi essiccati vengono reidratati con l'acqua, e poi cotti e ridotti per ore, fino all'evaporazione completa dell'acqua e alla conseguente concentrazione degli zuccheri naturali del frutto. Quando è pronto, viene leggermente filtrato e raccolto in bottiglie scure.

Carré di suino con fiocchi di robiola di capra e cotto di fichi

Arrosto freddo di tacchino con insalata di fiori eduli misticanza frutti di bosco e pistacchi

Ingredienti (per 4 persone)

**800 g di fesa di tacchino; 50 g di fiori eduli; 100 g di misticanza
100 g di frutti di bosco; 2 cucchiai di pistacchi già tostati
1 costa di sedano; 1 cipolla; 1 carota; 1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva; sale e pepe**

Preparazione

1. Mettete la fesa di tacchino in una pentola per la cottura a vapore. Lavate e mondate gli odori e il prezzemolo, e aromatizzate con questi l'acqua di cottura. Mettete sul fuoco e fate cuocere per circa un'ora su fuoco molto lento, cercando di mantenere l'arrosto sempre umido. Lavate e mondate la misticanza e i fiori eduli; sciacquate i frutti di bosco e asciugateli.

2. Trascorso il tempo di cottura della carne, levate e lasciate raffreddare a temperatura ambiente. Distribuite la misticanza e i fiori eduli nei piatti da portata e condite con un filo di olio e un pizzico di sale. Adagiate delle fette sottili di tacchino, irrorate con un filo di olio e aggiungete un pizzico di sale e di pepe. Guarnite con altra misticanza, i frutti di bosco e i pistacchi tostati, e servite.

SOTT'OLIO, IN AGRODOLCE, IN SALAMOIA E STERILIZZATO. ECCO QUATTRO METODI PER CONSERVARE LE VERDURE E LE ERBE DI STAGIONE, E AVERLE A DISPOSIZIONE IN QUALUNQUE MOMENTO DELL'ANNO. TUTTE SPIEGATE E REALIZZATE STEP BY STEP DALLO CHEF MASSIMO MALANTRUCCO

a cura della redazione; ricette di MASSIMO MALANTRUCCO
foto e styling di STEFANIA ZECCA
foto di FRANCESCO STRAZZACAPPA (step)

Pomodori verdi ripieni di carote cipolla acciuga e tonno *(pag. 116)*

SCUOLA da CONSERVARE

RISOLÌ

Boccioli di borragine
(pag. 116)

RISOLI

Foglie di vite
(pag. 116)

Crema d'aglio
(pag. 117)

Pomodori verdi ripieni di carote cipolla acciuga e tonno

Ingredienti

10 pomodori verdi
1 cipollotto
1 carota grande
2 coste di sedano
100 g di tonno sott'olio
4 acciughe sott'olio
10 capperi
1/2 l di aceto
1/2 l di vino bianco
5 grani di pepe
5 bacche di ginepro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate bene i pomodori verdi, tagliateli e svuotateli della polpa (che potrete utilizzare per un'ottima salsa alla marinara verde). In un pentolino raccogliete il vino, l'aceto, i grani di pepe, il ginepro e un pizzico di sale, quindi mettete sul fuoco e portate a bollore.

2. Raggiunta l'ebollizione, mettete i pomodori verdi e fateli cuocere per 4 minuti, girandoli spesso ma molto delicatamente. I pomodori dovranno assumere un colore meno brillante, ma dovranno rimanere ben sodi. Prelevate i pomodori, scolateli su un foglio di carta assorbente da cucina e fateli raffreddare completamente.

3. Rimettete il pentolino sul fuoco e fate riprendere il bollore. Nel frattempo lavate e mondate gli odori, quindi tagliateli a cubetti molto piccoli. Appena il liquido sarà arrivato al bollore, togliete le spezie, versate il trito di odori e fate bollire per 3 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, scolate il trito di odori su carta assorbente da cucina e fate raffreddare completamente. Tritate il tonno e le acciughe, unite il trito e mescolate per bene. Con il composto ottenuto farcite i pomodori verdi e mettete al centro un cappero.

5. Inserite i pomodori farciti nei vasetti di vetro sterilizzati, mettendoli ben stretti, e poi versate l'olio fino a coprire completamente. Chiudete i vasetti, trasferiteli in un luogo fresco e buio, e lasciate riposare per almeno un mese prima di consumare.

È un metodo perfetto per conservare i pomodori verdi che a fine stagione non riescono più ad arrivare a maturazione sulla pianta, di qualsiasi qualità essi siano. Perciò, anziché lasciarli rovinare, possono essere colti ancora verdi e conservati sott'olio. Questa ricetta prevede una farcitura, ma è possibile anche eliminare il tonno, tagliare i pomodori a spicchi o rondelle, senza svuotarli, e condirli con il trito di odori a strati.

Boccioli di borragine

Ingredienti

boccioli di borragine
1 bicchiere di aceto di vino bianco
1 bicchiere di vino bianco
sale

per il liquido agrodolce
30 cl di aceto di vino bianco
50 cl di acqua
10 g di zucchero

Preparazione

1. Sciacquate delicatamente i boccioli di borragine sotto l'acqua corrente fredda, quindi scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. In un pentolino raccogliete il vino bianco e l'aceto, aggiungete un pizzico di sale, mettete sul fuoco e portate a bollore.

2. Appena il liquido sarà arrivato al bollore, unite i boccioli di borragine e lasciateli bollire per 2 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, scolateli e fateli asciugare per bene, quindi raccoglieteli nel vasetto di vetro sterilizzato, mettendoli ben serrati ma non schiacciati.

4. Preparate il liquido agrodolce: in un pentolino raccogliete l'aceto, l'acqua e lo zucchero, mettete sul fuoco e portate a bollore. A questo punto versate il liquido sui boccioli, chiudete e fate sterilizzare per circa 20 minuti in abbondante acqua bollente. Spegnete, lasciate intiepidire e poi scolate. Conservate il vasetto di boccioli in un luogo fresco e asciutto.

Somiglianti ai capperi, questi boccioli hanno un gusto completamente diverso e accattivante per dare un tocco di novità alle vostre ricette.

Foglie di vite

Ingredienti

foglie di vite
1 l di acqua
1 limone
sale

Preparazione

1. Sciacquate delicatamente le foglie di vite sotto l'acqua corrente fredda: in questo modo rimuoverete polvere ed eventuali insetti. Togliete il gambo con l'aiuto di un coltellino.

2. In una pesciera portate a bollore l'acqua leggermente salata e acidulata con il succo del limone. Disponete le foglie di vite sul piano removibile della pesciera e, appena l'acqua arriverà al bollore, inseritele

all'interno. Fate cuocere per 2 minuti, quindi scolatele, trasferitele su un foglio di carta assorbente da cucina e fatele asciugare completamente.

3. Distribuite le foglie di vite nel vasetto sterilizzato, intervallandole con una spolverizzata di sale. Completato il vasetto, versate dell'acqua bollita e coprite completamente. Chiudete il vasetto e fate sterilizzare per circa 20 minuti in abbondante acqua bollente.

4. Trascorso questo tempo, spegnete e lasciate intiepidire, quindi scolate e conservate in un luogo fresco e asciutto.

Con queste foglie potrete realizzare gustosi involtini vegetariani e dare un tocco di originalità e fantasia ai vostri piatti. Una raccomandazione: le foglie di vite devono essere giovani, integre e non trattate.

Crema d'aglio

Ingredienti

10 teste di aglio
4 foglie di alloro
1 bicchiere di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Schiacciate le teste di aglio, per sgranare gli spicchi, quindi sbucciateli e disponendoli in una teglia da forno. Aromatizzate con le foglie di alloro, spezzettate, e il bicchiere di vino, e condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe.

2. Coprite la teglia con un foglio di alluminio e infornate a 200 °C per circa 40 minuti (se il vino dovesse asciugarsi prima del termine, aggiungete un pochino di acqua e proseguite la cottura). A cottura ultimata, gli spicchi di aglio dovranno risultare morbidi e cremosi.

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e con una forchetta riducete in crema gli spicchi di aglio caldi. Riempite i vasetti di vetro, chiudeteli e fateli sterilizzare per circa 20 minuti in abbondante acqua bollente.

4. Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nel loro liquido, quindi scolateli per bene e conservateli in un luogo fresco e asciutto.

A PROPOSITO DI **CONSERVE**...

di Massimo Malantrucco

Una regola essenziale che vale per tutti i metodi di conservazione è la massima igiene: le verdure devono essere lavate accuratamente e processate, in termini di cottura ed eventuale acidificazione, in modo scrupolosamente corretto.

L'igiene deve riguardare anche i vasetti di conservazione che dovranno essere accuratamente lavati e successivamente sterilizzati: con bollitura prima di accogliere gli alimenti o passandovi dell'alcol a 95° e facendoli asciugare per bene.

Ricordate sempre di eliminare tutte le bolle d'aria battendo bene il vasetto prima di chiuderlo.

Per le conserve sott'olio è opportuno spingere l'alimento all'interno del vasetto più volte durante il corso delle 24 ore: in questo modo uscirà tutta l'aria. Solo dopo aver effettuato questa operazione, si può chiudere con il coperchio.

È buona norma utilizzare dei distanziatori di plastica da inserire nel vasetto prima di chiudere il tappo: in questo modo l'alimento rimarrà sempre coperto dal suo liquido di conservazione.

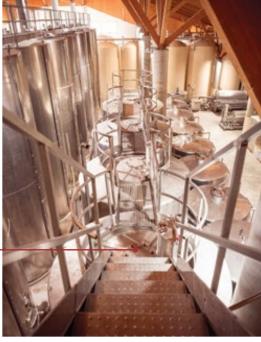
Una volta aperte, le conserve andranno consumate entro un paio di giorni, avendo cura di mantenere l'alimento sempre coperto dal liquido di conservazione e di non esporlo all'aria.

1

CON TUTTE QUELLE BOLLICINE!

PER UN ROMANTICO TÊTE À TÊTE, PER UN APERITIVO EASY, PER UNA CENA FRONTE MARE, PER PROVARE NUOVE EMOZIONI, PER CURIOSITÀ MA ANCHE PER SOLIDARIETÀ IL MUST DI QUEST'ESTATE È A TUTTO PERLAGE!

di FRANCESCO MONTEFORTE BIANCHI

1.-2. BOLLICINE DI SOLIDARIETÀ
Cuvage, azienda di Acqui Terme vocata alla produzione di spumanti Metodo Classico di altissima qualità, ha un cuore grande così. Quest'anno, infatti, con il suo progetto Cuvage des Artistes sostiene Theleton nella sua ricerca contro l'Osteogenesi imperfetta. Di qui, le edizioni limitate di due delle sue bollicine più prestigiose: Cuvage de Cuvage Pas Dosé, un Metodo Classico di spiccata personalità, ottenuto dalle migliori uve Pinot Nero, Chardonnay e Nebbiolo; e Cuvage Rosé Brut Nebbiolo d'Alba doc Metodo Classico, un Pinot Nero in purezza di grande struttura e finezza. Vestite con la riproduzione di due opere originali di Sergi Barnils, grande artista contemporaneo catalano, le bottiglie possono essere acquistate direttamente in cantina ad Acqui Terme, oppure in occasione di uno degli eventi organizzati da Cuvage: un piccolo gesto per contribuire al sostegno di una ricerca vitale.

Cuvage
CUVAGE DES ARTISTES
www.cuvage.it

2

3

3. DI PROPRIO PUGNO
Cantina Ruggeri ha presentato un'edizione limitata del suo Giustino B., Valdobbiadene Prosecco Superiore docg intitolato al fondatore dell'azienda Giustino Bisiol. Per questa special issue lo stesso Giustino, oggi 96enne, ha firmato di proprio pugno ogni singola etichetta (vedi foto). Frutto di una viticultura eroica per la posizione dei vigneti, situati sui primi contrafforti dolomitici, e di cure lunghe e particolari, il Giustino B. è stato definito come l'"espressione" più autentica del Valdobbiadene. Ottenuto da uve Prosecco, selezionate nei migliori cru dell'alta collina di Valdobbiadene, è caratterizzato da un perlage fine e persistente, e da fini profumi floreali e fruttati.

Elegante e cremoso al palato, di grande equilibrio e struttura, è un prosecco extradry: caratteristica che gli consente un ampio ventaglio di possibilità di abbinamento a tavola.
Ruggeri
GIUSTINO B.
www.ruggeri.it

4. VINCENTE ALL'ESORDIO

Dalle "uve della nebbia", uno spumante Metodo Classico che rappresenta una vera e propria novità nel panorama vinicolo del nostro paese. Parliamo del Nebolé 2010 Travaglini. Di colore giallo tenue, con spuma persistente e perlage fine, rivela decisi sentori minerali su cui si innestano note fruttate di mela e pompelmo. Al palato risulta fresco e di lunga persistenza. Prodotto con uve Nebbiolo al 100%, anzi, meglio, con gli acini della punta inferiore dei grappoli di Nebbiolo, più simili a quelli di un'uva bianca per la bassa quantità di zuccheri, un blanc de noirs per grandi palati, vincente fin da questa sua prima annata. Suo infatti, il premio come miglior spumante conquistato agli Oscar del vino 2016 (nella foto Cinzia Travaglini, che oggi conduce l'azienda insieme al marito Massimo).
Travaglini
NEBOLÉ 2010
www.tragalinigattinara.it

4

5. IL PRIMO DELLA CLASSE

Ennesimo riconoscimento per il Franciacorta Millesimato Dosage Zéro di Castello Bonomi. Dopo il premio Top Hundred del Golosario 2014 e le 4 Rose Camune ottenute sulla guida Viniplus 2015, l'annata 2009 conquista l'eccezionale punteggio di 94 punti sul sito GardiniNotes di Luca Gardini, miglior sommelier del mondo nel 2010. Primo classificato tra i pas dosé, il Dosage Zéro è frutto di un'attenta cuvée di Chardonnay e Pinot Nero in pari proporzioni. Di colore giallo paglierino brillante, con un fine perlage, rivela al naso aromi di frutti bianchi, vaniglia e sfumature agrumate e vegetali, su cui spiccano deliziose note di crosta di pane appena sformato. Armonico e di notevole struttura, è ottimo a tutto pasto, ma letteralmente afrodisiaco con le ostriche.
Castello Bonomi
DOSAGE ZÉRO
www.castellobonomi.it

5

6. LA SCOMMESSA DI FRANCESCA POGGIO

1000 bottiglie per un Gavi in purezza che ha riposato 48 mesi sui lieviti. Sono le bollicine Metodo Classico di Gavi docg del Comune di Gavi Millesimato 2010 Il Poggio di Gavi. Prodotte con uve del cru Rovereto, nel cuore della zona del Gavi, e firmate dall'enologo Gaspare Buscemi di Cormòns, pioniere del pensiero biodinamico, rappresentano la realizzazione di un desiderio a lungo coltivato da Francesca Poggio, titolare dell'azienda.
Poggio di Gavi
GAVI SPUMANTE
www.ilpoggiodigavi.com

7. UN LAMBRUSCO IN BIANCO!

Un vitigno unico di grandi potenzialità; un'artista della spumantizzazione; una

6

cantina all'avanguardia. Lo Spumante Millesimato 2012 Cantina della Volta nasce dalla combinazione di questi tre fattori. Prodotto con uve Lambrusco di Sorbara e firmato da Christian Bellei (nella foto), l'artista in questione, un Metodo Classico blanc de noirs dal perlage fine e persistente, con sentori floreali e note di frutta fresca che non teme di confrontarsi sul mercato con bollicine ben più note.

Cantina della Volta
SPUMANTE MILLESIMATO 2012
www.cantinadellavolta.com

8. TANTI AUGURI!
Uno spumante per celebrare 90 anni di storia, passione, tradizione, successi… È il Jubilee Edition di Valdo, azienda di Valdobbiadene leader in Italia per la produzione di prosecco e Charmat. Ottenuto dai migliori vitigni veneti, è un extra-dry elegante, dal raffinato perlage e dal bouquet fine e fruttato.

Valdo
JUBILEE EDITION
www.valdo.com

8

9. UN NEGROAMARO TRÈS… CHARMAT
Uno vino spumante ottenuto dalla vinificazione in bianco di uve Negroamaro, prodotto e spumantizzato a Scorrano (Lecce). Parliamo del Piccolebolle salentine Duca Carlo Guarini (nella foto, il titolare dell'azienda, duca Giovan Battista Guarini). Giallo paglierino, con riflessi dorati brillanti, presenta un perlage fine e persistente. Caratterizzato da profumi agrumati, al palato si rivela armonico, raffinato, con una piacevole persistenza, e di buon corpo. Ideale per accompagnare aperitivi e primi a base di frutti di mare, crostacei e pesce, è perfetto anche in abbinamento a formaggi caprini e ovini.

Duca Carlo Guarini
PICCOLEBOLLE SALENTINE
www.ducacarloguarini.it

10. LA VIE EN ROSÉ
Dalle migliori uve Pinot Nero 100% da singolo vigneto, un elegante spumante rosé: l'Oltrenero Cruasé Spumante Metodo Classico. Di colore rosa vivo con riflessi brillanti, è caratterizzato da un perlage finissimo e da una spuma soffice e persistente. Fragrante il bouquet, che si apre con piacevoli note agrumate di mandarino e con sentori di frutti rossi, in particolare lampone, ribes e fragole selvatiche. Il finale,

elegante, ricorda invece la crosta di pane. Fresco e deciso al palato, e con ottima sapidità, equilibrato e fragrante, è perfetto come aperitivo, ma anche per accompagnare salumi pregiati, risotti e zuppe. L'abbinamento top? Con crostacei e crudités di pesce.

Tenuta Il Bosco
OLTRENERO CRUASÉ
www.ilbosco.com

10

PIACERE NOSTRO

ESTATE È SOPRATTUTTO SINONIMO DI "PIZZATE" IN COMPAGNIA DI BUONI AMICI. E SE LA PIZZATA LA ORGANIZZATE IN CASA DATE SFOGO ALLA CREATIVITÀ CON IMPASTI ORIGINALI E FARCITURE GOLOSISSIME. TUTTI A FIRMA DI ANTONINO ESPOSITO

a cura della redazione; ricette di **ANTONINO ESPOSITO**
foto di **BARBARA SANTORO** e **ANNA MAIONE**

Pizza con tonno scottato gamberetti salmone misticanza e patata viola

Ingredienti

280 g di pasta per pizza (impasto al pomodoro)
1/2 patata viola; 4 gamberetti già puliti
40 g di tonno fresco; 40 g di salmone affumicato; 4 pomodorini rossi e gialli misticanza; olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto 1 cm. Spennellate la superficie con un filo di olio e bucherellatela con i rebbi di una forchetta. Infornate in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda, e portate a cottura.

2. Nel frattempo lavate i pomodorini, tagliateli a spicchi e conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale. Tagliate la patata viola in sfoglie sottili e friggetele in olio ben caldo. Scolatele su carta assorbente da cucina.

3. Quando la pizza sarà cotta, sfornatela e distribuitevi sopra i gamberetti e il tonno, precedentemente scottati in padella. Guarnite con il salmone affumicato a fette, la misticanza, i pomodorini e le chips di patata viola, e servite immediatamente.

Impasto al pomodoro

In una terrina versate 80 g di passata di pomodoro e 20 g di acqua, e mescolate. Aggiungete 10 g di sale e 70 g di farina, e iniziate a impastare. Unite 2 g di lievito, 70 g di farina e infine un filo di olio, e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, trasferitela in un contenitore di plastica tondo (possibilmente alto), unto con un filo di olio, e fate lievitare fino al raddoppio del volume iniziale.

Pizza con tonno scottato
gamberetti salmone
misticanza e patata viola

Antonino Esposito è in onda con il programma "PIACERE PIZZA". In onda su Alice tv!

Pizza senza glutine bigusto
(pag. 126)

Pizza con fiordilatte e pomodoro di Sorrento
(pag. 126)
TORRENTE
I.P.
Per una pizza unica il pomodoro ideale è il datterino. Questa speciale varietà viene coltivata in collina, a un'altitudine di oltre 500 metri, nel comune beneventano di San Bartolomeo in Galdo. Il microclima della zona e la conformazione del terreno ne permettono la coltivazione senza irrigazione, che conferisce al prodotto una particolare dolcezza.
TORRENTE
Datterini
pomodorini di collina

Pizza senza glutine bigusto

Ingredienti

300 g di pasta per pizza (impasto senza glutine)
50 g di fiordilatte
40 g di passata di pomodoro
3 fiori di zucca già puliti
3 alici sott'olio
1 ciuffetto di basilico
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Stendete la pasta in una sfoglia circolare. Coprite e fate lievitare per 1 ora, quindi spennellate con un filo di olio e bucherellate con i rebbi di una forchetta. Infornate in forno già caldo al massimo della temperatura. Appena la pizza sarà leggermente dorata, distribuite su metà superficie la passata e il fiordilatte, a dadini. Sulla metà restante aggiungete il fiordilatte, a dadini, e i fiori di zucca. Infornate nuovamente e portate a cottura.

2. Una volta cotta, sfornate la pizza, completate con le alici, un ciuffetto di basilico e un filo di olio a crudo, e servite.

N.B.
Un consiglio: stendete delicatamente l'impasto su un foglio di carta forno leggermente infarinato. Man mano che lo fate, agitate la carta in modo che non si attacchi (se dovesse accadere, coprite l'impasto con un altro foglio di carta, capovolgete e sfilate la carta delicatamente per poi ricominciare la stesura pian piano).

Impasto senza glutine

Fate sciogliere 10 g di lievito con 100 ml di acqua; aggiungete 100 g di farina senza glutine e mescolate. Fate lievitare per 30 minuti. In una impastatrice raccogliete 1,4 kg di farina senza glutine, 900 ml di acqua, 1 patata, lessata e schiacciata, e la pastella, e iniziate a impastare. Aggiungete 25 g di sale e lavorate per 2 minuti, quindi incorporate 120 g di olio e proseguite fino a ottenere un impasto omogeneo. Con le mani unte di olio formate tanti panetti della grammatura desiderata e avvolgeteli con la pellicola trasparente. Trasferiteli in frigo per 24 ore. Stendete l'impasto e fate lievitare per un'altra ora a temperatura ambiente.

Pizza con fiordilatte e pomodoro di Sorrento

Ingredienti

280 g di pasta per pizza
150 g di pomodoro di Sorrento a cubetti
60 g di fiordilatte
4 ovoline di bufala
1 ciuffo di basilico
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto 1 cm. Spennellate la superficie con un filo di olio e bucherellatela con i rebbi di una forchetta.

2. Infornate la pizza in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda. Condite il pomodoro a cubetti con un filo di olio, il basilico tritato e un pizzico di sale.

3. Appena la pizza sarà leggermente dorata, sfornatela, distribuite sopra il fiordilatte a dadini e portate a cottura. Sfornate, guarnite con il pomodoro, le ovoline di bufala, un filo di olio a crudo e un ciuffetto di basilico, e servite.

Frusta vegetariana

Ingredienti

280 g di pasta per pizza
150 g di fiordilatte
1 carota; 1 pomodorino
100 g di verdure miste (broccolo lessato, zucchine e melanzane grigliate)
1 ciuffo di basilico
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Stendete la pasta in una sfoglia allungata e ovale. Spennellate la superficie con un filo di olio e bucherellatela con i rebbi di una forchetta. Infornate in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda, e portate a cottura.

2. Appena la frusta sarà cotta, sfornatela e distribuitevi sopra il fiordilatte, a fette, e le foglie di basilico. Guarnite con i bastoncini di carota, il pomodorino a spicchi e le verdure miste. Completate con un filo di olio e un pizzico di sale, e servite.

Impasto base

1. In una terrina versate 100 ml di acqua tiepida, sbriciolate il lievito e fate sciogliere; aggiungete 100 g di farina e mescolate fino a ottenere una sorta di cremina. Coprite e fate lievitare per circa mezz'ora.

2. In un'altra terrina versate 350 ml di acqua e unite 200 g di farina, versandola a pioggia. Iniziate a impastare, unite la cremina e proseguite a lavorare il composto, incorporando altri 200 g di farina.

3. Quando il composto sarà ancora umido, aggiungete 20 g di sale e 200 g di farina, e proseguite a impastare. Incorporate infine 50 ml di acqua e 30 g di olio, e lavorate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

4. Dategli forma di palla, trasferitela in una ciotola, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per 24 ore. Trascorso il tempo, dividete l'impasto ottenuto in panetti e trasferiteli su un piano di lavoro. Copriteli e lasciateli lievitare fino al raddoppio del volume iniziale.

Frusta vegetariana

I.P. **La Mozzarella Bella Molisana, frutto di un'antica ricetta naturale (solo latte, caglio e sale) e di un lento e naturale processo di maturazione, è un ingrediente d'eccellenza per una gustosa pizza filante! Consigliamo di farla sgocciolare prima dell'utilizzo, per eliminare il latticello che potrebbe rendere troppo umida la pizza.**

Pizza con bresaola finocchi e spicchi di arancia

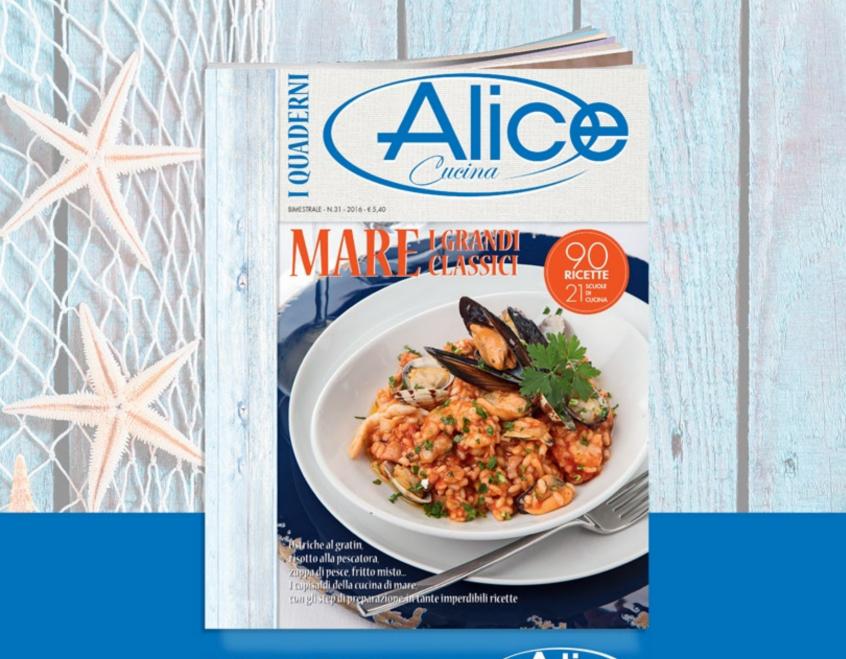
Ingredienti

**280 g di pasta per pizza; 60 g di fiordilatte; 6 mozzarelline a ciliegina
4-5 fette di bresaola; 1 arancia; 1 finocchio già pulito
olio extravergine di oliva**

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto 1 cm. Spennellate la superficie con un filo di olio e bucherellatela con i rebbi di una forchetta.

2. Infornate la pizza in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda. Quando la pizza sarà leggermente dorata, levate, distribuite sopra il fiordilatte a dadini e portate a cottura.

3. Nel frattempo pelate al vivo l'arancia e tagliatela a spicchi. Tagliate i finocchi a lamelle sottili. Appena la pizza sarà cotta, sfornatela, guarnite con le mozzarelline, le fette di bresaola, gli spicchi di arancia e le lamelle di finocchio, e servite immediatamente.

AGUGLIATE LA VISTA!

DA GUSTARE SOPRATTUTTO IN QUESTA STAGIONE, MOMENTO IN CUI LE SUE CARNI SONO PARTICOLARMENTE PREGIATE E SAPIDE, L'AGUGLIA È LA RAFFINATA PROTAGONISTA DEL MENU DI MICHELE CHINAPPI. SERVITA IN CARPACCIO OPPURE APPENA SCOTTATA IN PADELLA, VIENE SAPIENTEMENTE ABBINATA A SAPORI FRESCHI E LEGGERMENTE ACIDULI, REGALANDO AI PIATTI FRAGRANZE E SENSAZIONI UNICHE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina); indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca
foto e styling di ELISA ANDREINI

Pesce pelagico, l'aguglia (*Belone belone*) si riconosce facilmente per il tipico prolungamento del labbro superiore che lo rende molto simile a un piccolo pescespada.
Si caratterizza per il colore verde della lisca centrale.
Gli esemplari più piccoli sono usati come esca per la cattura di animali di taglia maggiore: in realtà, è una delle specie di pesce azzurro che popolano il nostro Mar Mediterraneo. È una specie gregaria che si sposta e caccia in banchi numerosi, per tenere lontani i predatori. Depongono le uova in primavera, presso le coste e su fondali ricoperti di alghe e altre piante marine, o in prossimità delle secche.
Tra giugno e ottobre i banchi si avvicinano maggiormente alle rive nutrendosi prevalentemente di piccoli pesci o avannotti di sardine e alici. La specie è facilmente individuata dai pescatori poiché compie sotto il pelo dell'acqua dei movimenti che provocano in superficie dei caratteristici cerchi, visibili anche a distanza.
D'estate, periodo in cui dispone di maggiore quantità di cibo, le sue carni sono pregiate e particolarmente sapide.

VINO IN ABBINAMENTO: ARNEIS

Vitigno tipico piemontese, coltivato nella zona del Roero, produce un vino bianco asciutto, molto fresco, gradevolmente amarognolo e moderatamente erbaceo. Adatto per piatti a base di pesce non particolarmente elaborati.

Aguglia marinata con cipolla di Tropea

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di filetti di aguglia già puliti
2 cipolle di Tropea
160 ml di vino bianco
120 g di aceto di vino
100 g di insalatina
erba cipollina (con i suoi fiori)
olio extravergine di oliva (aromatizzato al limone)
sale

Preparazione

1. Sciacquate i filetti di aguglia sotto l'acqua corrente fredda, tamponateli con carta assorbente da cucina e tagliateli a fettine. Sbucciate le cipolle e fatele a rondelle sottili.

2. In una terrina capiente disponete i filetti di aguglia e le rondelle di cipolla, irrorate tutto con un filo di olio, l'aceto e il vino, e fate marinare in frigorifero per circa 15 minuti.

3. Nei piatti da portata distribuite l'insalatina e adagiate sopra i filetti di aguglia e le rondelle di cipolla, ben scolati dal liquido di marinatura. Condite con un pizzico di sale e un filo abbondante di olio, guarnite con l'erba cipollina e servite.

Pennone con aguglia e scapece di zucchine

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di pennoni di grano duro
160 g di filetti di aguglia già puliti
2-3 zucchine romanesche
200 ml di vino bianco
80 g di aceto di vino bianco
1 spicchio di aglio
2 ciuffi di mentuccia
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Sciacquate i filetti di aguglia sotto l'acqua corrente fredda e tagliateli a tocchetti. Sciacquate e spuntate le zucchine, quindi con un coltello ricavate la buccia esterna. Raccoglietela in un mixer da cucina, unite 1 cucchiaio di olio, l'aceto e 1 ciuffo di mentuccia, e frullate per circa un minuto fino a ottenere una salsa omogenea.

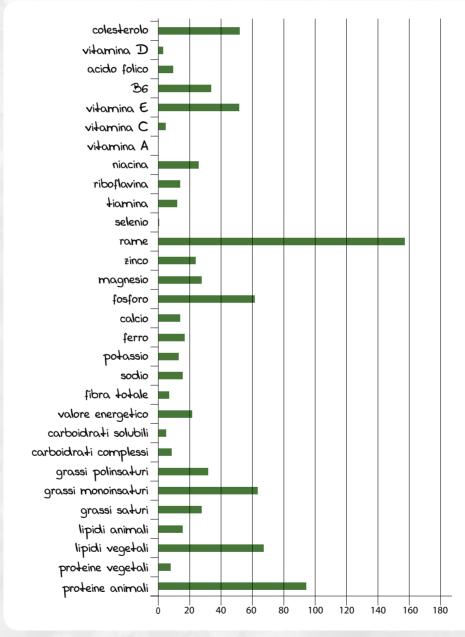
2. In un tegame fate rosolare l'aglio con un filo di olio; disponete i tocchetti di aguglia e fateli scottare per un paio di minuti. Sfumate con il vino, profumate con qualche fogliolina di mentuccia e regolate di sale.

3. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente e versatela nel tegame con i tocchetti di aguglia. Mantecate per appena un minuto. Distribuite la salsa di zucchine nei piatti da portata, adagiate sopra i pennoni, guarnite con qualche fogliolina di mentuccia e servite.

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia, Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE*

Il menu presenta un medio apporto calorico (181 kcal/100 g), completo dal punto di vista delle proteine animali; il colesterolo non desta preoccupazioni sia per il buon apporto di grassi insaturi sia per l'ottimo rapporto tra grassi saturi e insaturi in grado di rimuovere l'eventuale colesterolo in eccesso. Nei restanti pasti della giornata sarà opportuno privilegiare pietanze ricche di carboidrati complessi (cereali) e fibra (frutta e verdura) per completare l'apporto giornaliero di nutrienti.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

Percentuale di soddisfacimento dell'apporto giornaliero di alcuni nutrienti secondo valori di riferimento per un consumatore sano che pratichi uno stile di vita sedentario a seguito dell'assunzione di un pasto completo di 300 g comprensivo di aguglia marinata, pasta con scapece di zucchine e involtini di aguglia (Fonte dati : Banca dati Istituto Europeo di Oncologia, Centro di Ricerche Alimenti e Nutrizione – CRAN, Società italiana di Nutrizione Umana –SINU).

Involtini di aguglia con scamorza pomodorini e salsa di basilico

(pag. 136)

Involtini di aguglia con scamorza pomodorini e salsa di basilico

Ingredienti (per 4 persone)

720 g di aguglie
160 g di scamorza
120 g di pomodorini (varietà fondanello)
80 g di pecorino romano
80 g di farina; 2 ciuffi di basilico
olio extravergine di oliva; sale

1

VIA TESTA E CODA DEL PESCE

Prendete le aguglie e privatele con un coltello della testa e della coda.

2

INCIDETE IL VENTRE

Incidete il lato ventrale delle aguglie, evisceratele e sfilettatele, privandole della lisca centrale, per ottenere da ciascun pesce due filetti.

3

BATTETE I FILETTI

Sciacquate i filetti così ricavati sotto l'acqua corrente fredda. Con l'aiuto di un batticarne, battete i filetti aiutandovi con un foglio trasparente HD fino ad appiattirli in modo omogeneo.

4 FARCITELI E...

Su ciascun filetto disponete una sottile fetta di scamorza e delle rondelle di pomodoro, aggiungete un filo di olio e condite con un pizzico di sale.

5 ...ARROTOLATELI

Arrotolate delicatamente i filetti fino a ottenere degli involtini, passateli nella farina e poi saldate il lembo finale con uno stecchino per evitare che si aprano in cottura.

6 CUOCETELI

In una padella antiaderente scaldate un filo di olio extravergine di oliva; disponete gli involtini e fateli cuocere da entrambi i lati fino a quando saranno leggermente dorati. Levate e tenete da parte.

7 PASSATE ALLA SALSA E COMPLETATE

In un mixer da cucina raccogliete 1 ciuffo di basilico, 1 cucchiaio di olio, il pecorino e un pizzico di sale, e frullate per circa un minuto. Versate la salsa al basilico nei piatti da portata e adagiate sopra gli involtini di aguglia. Guarnite con filetti di pomodoro e qualche fogliolina di basilico, e servite.

PAN per FOCACCE

✱ ***Giovanni Gandino*** *è maestro panificatore e docente di tecnica molitoria. Consulente di alcune importanti aziende dolciarie e molitorie, per le quali si occupa di "ricerca e sviluppo", è inoltre socio e collaboratore dell'Antim (Associazione nazionale tecnici dell'industria molitoria). Potete scrivergli contattandolo sulla sua pagina Facebook o all'indirizzo e-mail elianto_74@yahoo.it*

Focaccia primavera

Ingredienti

700 g di farina di grano tenero (220 W)
300 g di farina di grano tenero integrale
650 g di acqua; 6 g di lievito di birra secco
15 g di semi di finocchio; 60 g di olio extravergine di oliva (più altro per ungere)
30 g di sale

per la farcitura: **fettine di mortadella; rucola**

Preparazione

1. Fate la classica fontana con le farine, miscelate, unite al centro il lievito, i semi di finocchio e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio e infine il sale, e lavorate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 40 minuti.

2. Preparate una emulsione con 1/3 di acqua e 2/3 di olio. Trascorso il tempo di riposo, con le mani stendete delicatamente l'impasto allo spessore di circa 1-1,5 cm; trasferitelo in una teglia e cercate di portarlo verso i bordi, facendo attenzione a non tirare troppo. Coprite con pellicola trasparente e fate riposare per circa 30 minuti.

3. Irrorate la focaccia con l'emulsione e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti (fate un movimento esclusivamente verticale). Infornate a 200 °C con forno ventilato e fate cuocere per una ventina di minuti.

4. Quando la focaccia sarà leggermente dorata, sfornatela e fatela raffreddare. Tagliatela in rettangoli e poi a metà, quindi farciteli con fette di mortadella e qualche foglia di rucola, e servite.

PREPARATE CON FARINE DI GRANO TENERO, INTEGRALI E GLUTEN-FREE, FOCACCE E FOCACCINE VENGONO CONFEZIONATE AD ARTE DAL MAESTRO GIOVANNI GANDINO. ESALTATE DA FARCITURE GOLOSE E GOURMET, SONO PERFETTE PER QUALUNQUE OCCASIONE

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **GIOVANNI GANDINO**
foto di **ANTONELLA ARAVINI** (ritratto) e foto di **RAFFAELLA CAUCCI** (ricette)

Focaccia primavera

Focaccia snob

Focaccia snob

Ingredienti

850 g di farina di grano tenero tipo 1 (220 W); 150 g di farina di castagne 650 g di acqua; 6 g di lievito di birra secco; 50 g di aneto fresco; 60 g di olio extravergine di oliva; 30 g di sale

per la farcitura
gamberi crudi; burrata
purea di mango; songino

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Tritate al coltello l'aneto. Fate la classica fontana con le farine, miscelate, unite al centro il lievito, l'aneto e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio e infine il sale, e lavorate energicamente fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 40 minuti.

2. Preparate una emulsione miscelando 1/3 di acqua con 2/3 di olio e un po' di aneto tritato. Trascorso il tempo di riposo, con le mani stendete delicatamente l'impasto allo spessore di circa 1-1,5 cm; trasferitelo in una teglia e cercate di portarlo verso i bordi, facendo attenzione a non tirare troppo. Coprite con pellicola trasparente e fate riposare per circa 30 minuti.

3. Irrorate la focaccia con l'emulsione preparata e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti (fate un movimento esclusivamente verticale). Infornate a 200 °C con forno ventilato per una ventina di minuti.

4. Quando la focaccia sarà diventata di un colore nocciola chiaro, sfornatela e fatela raffreddare. Tagliatela a rettangoli e poi a metà. Tostate le fette dalla parte della mollica, farcitele con i gamberi, un fiocchetto di burrata, un goccio di purea di mango e qualche foglia di songino, e servite.

Focaccia pippermint

Ingredienti

1 kg di farina di grano tenero tipo 1 (220 W); 600 g di acqua; 6 g di lievito di birra secco; 8 g di menta disidratata; 60 g di olio extravergine di oliva; 30 g di sale

per la farcitura: **formaggio caprino; 1-2 zucchine**

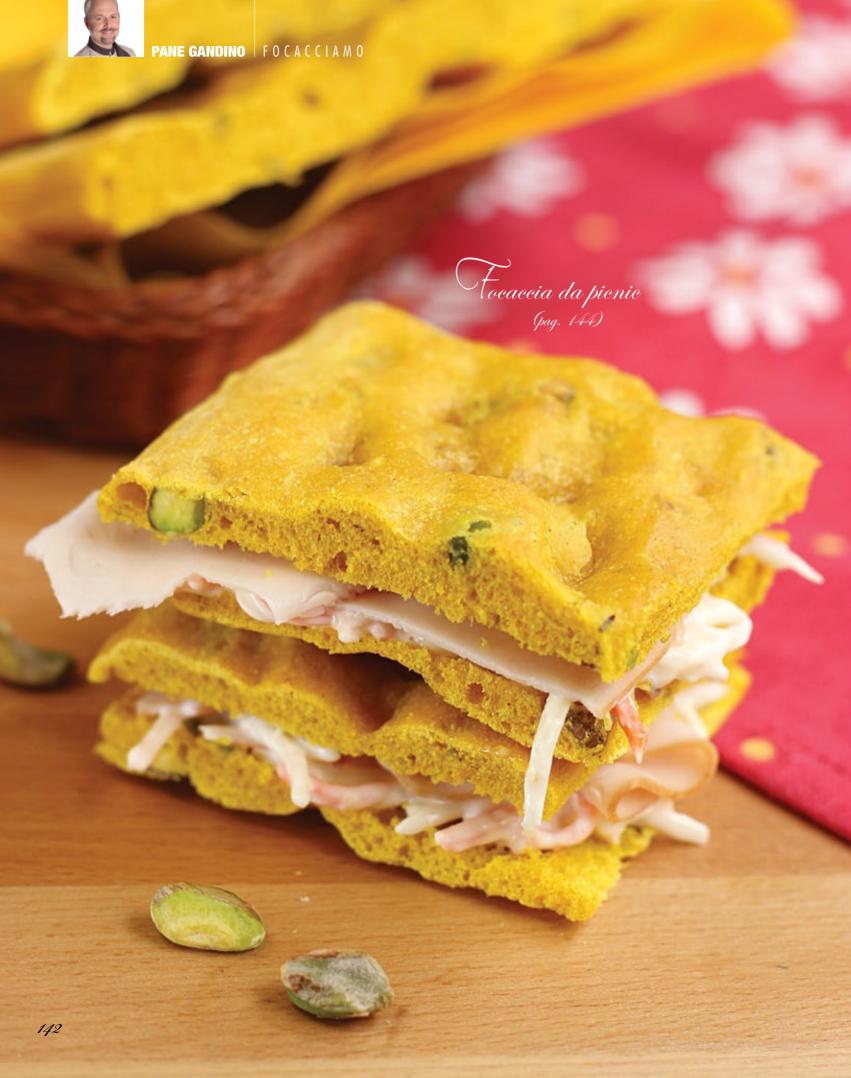
vi serve inoltre: **olio extravergine di oliva**

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio, la menta e infine il sale, e lavorate energicamente fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 40 minuti.

2. Trascorso il tempo di riposo, con le mani stendete delicatamente l'impasto allo spessore di circa 1-1,5 cm; trasferitelo in una teglia e cercate di portarlo verso i bordi, facendo attenzione a non tirare troppo. Coprite con pellicola trasparente e fate riposare per circa 30 minuti.

3. Preparate una emulsione miscelando 1/3 di acqua con 2/3 di olio. Irrorate la focaccia con l'emulsione preparata e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti (non fate un movimento orizzontale ma esclusivamente verticale). Infornate a 200 °C con forno ventilato e fate cuocere per 20 minuti.

4. Quando la focaccia sarà diventata di un colore nocciola chiaro, sfornatela e fatela raffreddare completamente. A questo punto tagliatela in rettangoli e poi a metà, quindi farciteli con un buon formaggio caprino e delle zucchine crude, tagliate a julienne, e servite.

Focaccia da picnic
(pag. 144)

Focaccine ceciose vacanze in Tirolo
(pag. 144)

Focaccia da picnic

Ingredienti

1 kg di farina di grano tenero tipo 1 (220 W)
600 g di acqua
6 g di lievito di birra secco
100 g di pistacchi
8 g di curcuma in polvere
60 g di olio extravergine di oliva (più altro per ungere); 30 g di sale

per la farcitura
fette di tacchino arrosto
insalata capricciosa

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina, miscelata con la curcuma; unite al centro il lievito e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio, i pistacchi tritati e infine il sale, e lavorate ancora. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 40 minuti.

2. Preparate una emulsione con 1/3 di acqua e 2/3 di olio. Con le mani stendete delicatamente l'impasto allo spessore di circa 1-1,5 cm; trasferitelo in una teglia e cercate di portarlo verso i bordi, facendo attenzione a non tirare troppo. Coprite con pellicola trasparente e fate riposare per circa 30 minuti.

3. Irrorate la focaccia con l'emulsione preparata e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti. Infornate a 200 °C con forno ventilato e fate cuocere per una ventina di minuti. Levate e fate raffreddare. Tagliate a metà e farcite con fette di tacchino arrosto e dell'ottima insalata capricciosa, e servite.

Focaccine ceciose vacanze in Tirolo

Ingredienti

850 g di farina di grano tenero tipo 1 (220 W)
150 g di farina di ceci
600 g di acqua
6 g di lievito di birra secco
15 g di semi di cumino
60 g di olio extravergine di oliva; 30 g di sale

per la farcitura
fettine di speck
cavolo verza

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Fate la classica fontana con le farine, miscelate, unite al centro il lievito, i semi di cumino e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio e infine il sale, e lavorate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 20 minuti.

2. Trascorso questo tempo, dividete l'impasto in pezzi da circa 100 g l'uno, quindi arrotondateli e formate tante palline. Copritele con un panno e fatele lievitare per circa 40 minuti. Con le mani stendete le palline a uno spessore di circa 1,5 cm, coprite con un foglio di pellicola trasparente e fatele lievitare per circa 30 minuti.

3. Preparate una emulsione con 1/3 di acqua e 2/3 di olio. Trasferite le focaccine in una teglia, foderata con carta forno, irroratele con l'emulsione e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti (fate un movimento esclusivamente verticale).

4. Infornate a 200 °C con forno ventilato per circa 15 minuti. Quando le focaccine saranno diventate di un colore nocciola chiaro, sfornatele e fatele raffreddare. A questo punto tagliatele a metà, farcitele con fette di speck e cavolo verza crudo, tagliato sottile, e servite.

Focaccine da stadio

Ingredienti

1 kg di farina di grano tenero tipo 2 (220 W)
650 g di acqua
6 g di lievito di birra secco
20 g di cipolla in fiocchi disidratata
2-3 rametti di rosmarino
60 g di olio extravergine di oliva; 30 g di sale

per la farcitura
fettine di lardo; gherigli di noce; 1 rametto di rosmarino; sale di Maldon

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito, la cipolla disidratata e l'acqua, e iniziate a impastare. Appena la farina avrà assorbito il liquido, aggiungete l'olio e infine il sale, e lavorate energicamente fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa 20 minuti.

2. Trascorso questo tempo, dividete l'impasto in pezzi da circa 100 g l'uno, quindi arrotondateli e formate tante palline. Copritele con un panno e fatele lievitare per circa 40 minuti. Con le mani stendete le palline a uno spessore di circa 1,5 cm, coprite con un foglio di pellicola trasparente e fatele lievitare per circa 30 minuti.

3. Preparate una emulsione miscelando 1/3 di acqua con 2/3 di olio e il rosmarino tritato. Trascorso il tempo di lievitazione, trasferite le focaccine in una teglia, foderata con carta forno, irroratele con l'emulsione preparata e poi, esercitando una leggera pressione con i polpastrelli, formate tanti buchetti (non fate un movimento orizzontale ma esclusivamente verticale).

4. Infornate a 200 °C con forno ventilato e fate cuocere per circa 15 minuti. Quando le focaccine saranno diventate di un colore nocciola chiaro, sfornatele e fatele raffreddare completamente. A questo punto tagliatele a metà, farcitele con fettine di lardo, rosmarino, gherigli di noce e sale di Maldon, e servite.

Focaccine da stadio

QUATTRO PRELIBATEZZE QUATTRO, TUTTE RIGOROSAMENTE DI MARE, TUTTE RIGOROSAMENTE COTTE ALLA GRIGLIA (O SU UNA PIASTRA DI GHISA), TUTTE RIGOROSAMENTE ACCOMPAGNATE DA SALSE E CONDIMENTI CHE LE COMPLETANO E NE ESALTANO IL SAPORE. VI PIACE IL CONCETTO? E ALLORA, COSA ASPETTATE? L'ORDINE È...

di FMB - foto di ALESSANDRO ROMITI

Calamari grigliati in salsa thai

(pag. 148)

...TUTTI in PLANCHA!

Orata alla griglia
con salsa fresca al cetriolo
(pag. 148)

Calamari grigliati in salsa thai

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di calamari già puliti; 1 lime
olio di semi di arachide

per la salsa thai
1 peperoncino
1 spicchio di aglio
2 rametti di coriandolo
2 rametti di menta; 2 lime
1 cucchiaio di zucchero di palma; salsa di pesce (nuoc mâm); aceto di riso

Preparazione

1. Preparate la salsa: sbucciate l'aglio, tagliatelo a metà, eliminate l'eventuale germoglio interno e tritatelo. Tritate anche il peperoncino. Sfogliate e tritate coriandolo e menta.

2. Versate in una ciotola 4 cucchiai di salsa di pesce, 4 di succo di lime e 1 di aceto di riso. Aggiungete lo zucchero di palma ed emulsionate. Unite gli aromi e le spezie tritati, e mescolate ancora.

3. Incidete leggermente la sacca dei calamari praticando 3-4 incisioni nel senso della lunghezza e altrettante nel senso della larghezza. Spennellateli con un filo di olio di arachide e cuoceteli sulla griglia del bbq o su una piastra di ghisa ben calda, 1-2 minuti per parte.

4. Distribuite i calamari nei piatti individuali, decorate con qualche zesta di lime e servite, con la salsina a parte.

Orata alla griglia con salsa fresca al cetriolo

Ingredienti (per 4 persone)

4 orate piccole già eviscerate ma non squamate
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la salsa fresca al cetriolo
1 cetriolo di media grandezza
50 g di alghe fresche a piacere (o 25 g di alghe secche wakame)
succo di limone; aceto di riso
zucchero; semi di sesamo

Preparazione

1. Per la salsa: lavate le alghe, sciacquatele e tritatele grossolanamente. Se utilizzate quelle secche, prima fatele ammollare per qualche minuto in acqua fredda. Lavate il cetriolo, spuntatelo, tagliatelo a metà, eliminate i semi e fatelo a cubetti piccoli (tipo concassé).

2. Raccogliete la dadolata di cetriolo in una ciotola, unite le alghe, 2 cucchiai di succo di limone, 5 cucchiai di aceto di riso e 1 cucchiaio di zucchero, mescolate e mettete in frigo per un paio di ore. Trascorso il tempo, aggiungete 2 cucchiai di semi di sesamo e mescolate.

3. Praticate un paio di incisioni per lato sulla pelle delle orate, spennellatele con un filo di olio extravergine e cuocetele sulla griglia del bbq o su una piastra di ghisa ben calda, 3-4 minuti per parte.

4. Levate, distribuite i pesci nei piatti individuali e conditeli con della salsa al cetriolo. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e servite.

Spada alla griglia con salsa mediterranea ai pomodori confit

Ingredienti (per 4 persone)

4 tranci di pesce spada
1 rametto di timo
olio extravergine di oliva
pepe

per la salsa mediterranea
200 g di pomodorini piccoli
2 cucchiai di capperi sotto sale; 3 cucchiai di olive taggiasche già snocciolate
2 cucchiai di pinoli già tostati
6 filetti di acciuga sott'olio
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
zucchero
erbe di Provenza
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la salsa: preparate i pomodori confit. Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e disponeteli con la parte tagliata verso l'alto sulla placca del forno, foderata con carta forno.

2. Spolverizzate con un pizzico di zucchero, un pizzico di sale e un po' di erbe di Provenza. Profumate con una macinata di pepe, condite con un filo di olio e fate cuocere in forno caldo a 120 °C per circa un paio di ore, o finché saranno appassiti.

3. A circa mezz'ora dal termine di cottura dei pomodori confit, disponete i tranci di spada in una pirofila, irrorate con un filo di olio, profumate con un po' di timo tritato e una macinata di pepe e tenete da parte.

4. Sciacquate i capperi per eliminare il sale di conservazione. Asciugateli e tritateli grossolanamente. Tritate grossolanamente anche le olive. Tritate finemente il prezzemolo.

5. Scaldate un filo di olio in una padella con lo spicchio di aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite i filetti di acciuga e fateli stemperare. Aggiungete i pinoli, i capperi e le olive, e fate saltare per 3-4 minuti. Levate, unite i pomodori confit e mescolate.

6. Scolate i tranci di spada dalla marinata e cuoceteli sulla griglia del bbq o su una piastra di ghisa ben calda, 2-3 minuti per parte. Levate, distribuite nei piatti individuali, completate con la salsa e servite.

Spada alla griglia con salsa mediterranea ai pomodori confit

ALICE TV

Gianluca Nosari è in onda con "BUONGIORNO IN CUCINA" tutti i giorni alle 7.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

In libreria "Le mie stagioni". Oltre 80 ricette supergustose, divise stagione per stagione! Per una volta, per Gianluca Nosari, non c'è solo il mare! (Sitcom Editore, 19,90 Euro).

Sgombri alla griglia con salsa di avocado e lime

Ingredienti (per 4 persone)

4 sgombri già eviscerati
erbe di Provenza
olio extravergine di oliva

per la salsa di avocado
2 avocado; 2 lime
2-3 pomodorini piccoli
1 ciuffo di coriandolo
cumino in polvere
sale e pepe

Preparazione

1. Sfilettate gli sgombri (senza spellarli) facendo attenzione a non rompere i filetti. Metteteli in una pirofila, irrorateli con abbondante olio extravergine di oliva, profumate con un paio di cucchiai di erbe di Provenza e tenete da parte.

2. Per la salsa: ricavate la polpa degli avocado, irroratela con il succo dei lime e schiacciatela con una forchetta. Quindi raccoglietela in una ciotola.

3. Aggiungete i pomodorini, privati dei semi e dell'acqua di vegetazione, e tagliati a dadini molto piccoli. Unite il coriandolo, sfogliato, profumate con una macinata di pepe e 1/2 cucchiaino di cumino, regolate di sale e mescolate.

4. Scolate gli sgombri dalla marinata e cuoceteli sulla griglia del bbq o su una piastra di ghisa ben calda, non più di 2 minuti per parte. Levate, distribuiteli nei piatti individuali, conditeli con un filo di olio della marinata e serviteli con la salsa di avocado e pomodorini.

Pizza di farro integrale con fiori di zucca zucchine e gorgonzola
(pag. 154)

CLASSICHE in TEGLIA

REALIZZATE CON IMPASTI A BASE DI FARRO INTEGRALE E SEMOLA DI GRANO DURO, OPPURE AROMATIZZATI AL NERO DI SEPPIA, ECCO SEI PIZZE FRAGRANTI E GOLOSISSIME. TUTTE COTTE IN TEGLIA, VENGONO ARRICCHITE DA FARCITURE CLASSICHE MA CON QUEL TOCCO GOURMET IN PIÙ

a cura della redazione
ricette e foto di RAFFAELLA CAUCCI

Pizza di farro integrale con friggitelli e alici marinate

(pag. 154)

Pizza di farro integrale con fiori di zucca zucchine e gorgonzola

Ingredienti

per l'impasto
200 g di farina di farro integrale
300 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
320 ml di acqua
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere)
7 g di sale

per la farcitura
300 g di gorgonzola piccante
200 g di fiordilatte
10 fiori di zucca
3 zucchine romanesche
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Versate a pioggia le farine, miscelate, e iniziate ad amalgamare. Unite l'olio e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate una palla, trasferitela in una ciotola unta di olio, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora in un luogo riparato (alla temperatura di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con le mani, senza tirare troppo, e avvolgetelo su se stesso in modo da formare un cilindro. Trasferitelo in una teglia da 60x40 cm, ben unta, irrorate con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

3. Tagliate a cubetti il fiordilatte, strizzatelo con le mani e lasciatelo riposare in un colapasta. Lavate, mondate e affettate le zucchine a rondelle. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia e ungete la superficie, quindi coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

4. Pulite i fiori di zucca rimuovendo il picciolo e il gambo; incideteli sul lato in modo da aprirli completamente. Distribuite il fiordilatte e le zucchine a rondelle sulla pizza, irrorate con un filo di olio e fate cuocere in forno statico a 250 °C per 10 minuti (sul livello basso del forno).

5. Sfornate la teglia, ricoprite la pizza con i fiori di zucca aperti e il gorgonzola in fiocchi, condite con un filo di olio e infornate nuovamente su livello medio alto per altri 10 minuti, o fino a quando la pizza non risulterà ben dorata e cotta. Sfornate e servite immediatamente.

Pizza di farro integrale con friggitelli e alici marinate

Ingredienti

per l'impasto
200 g di farina di farro integrale
300 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
320 ml di acqua
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere); 7 g di sale

per la farcitura
400 g di passata di pomodoro
250 g di fiordilatte
200 g di filetti di alici marinate
10-15 friggitelli
1 spicchio di aglio già pelato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate l'impasto seguendo la ricetta della pizza di farro integrale con fiori di zucca, zucchine e gorgonzola. Tritate il fiordilatte, raccoglietelo in un colapasta e lasciatelo scolare per una mezz'ora. Versate la passata di pomodoro in una ciotola, conditela con un filo di olio, un pizzico di sale e lo spicchio di aglio, quindi coprite e lasciate insaporire.

2. Lavate ed asciugate i friggitelli, quindi rimuovete il picciolo e i semini. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia e ungete la superficie, quindi coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

3. Distribuite la passata di pomodoro sulla pizza, disponete sopra i friggitelli e conditeli con un filo di olio. Fate cuocere in forno statico a 250 °C per circa 10 minuti (sul livello basso del forno). Sfornate la teglia, cospargete la pizza con il fiordilatte e infornate su livello medio alto per altri 10-15 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, completate con i filetti di alici e servite immediatamente.

Pizza con caciocavallo straccetti di manzo rucola e pachino

Ingredienti

per l'impasto
200 g di semola di grano duro
300 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
330 ml di acqua frizzante
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere); 8 g di sale

per la farcitura
250 g di straccetti di manzo
200 g di pomodorini
250 g di caciocavallo
1 spicchio di aglio
1 mazzetto di rucola
farina
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate l'impasto come nella ricetta della pizza con pollo al curry di pag. 158. Lavate i pomodorini, asciugateli con un foglio di carta assorbente da cucina e tagliateli a metà; tagliate gli straccetti a listerelle e infarinatele con un po' di farina.

2. Scaldate un filo di olio in una padella con uno spicchio di aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite gli straccetti e fateli dorare a fuoco medio. Regolate di sale, aggiungete i pomodorini e fate saltare per qualche minuto; poi levate e tenete da parte.

3. Stendete l'impasto nella teglia con la punta delle dita. Ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e lasciate lievitare per 45 minuti. Poi levate, condite con un altro filo di olio e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (sul livello basso del forno).

4. Trascorso il tempo, sfornate, coprite con il caciocavallo a fettine, rimettete in forno sul livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Una volta a cottura, levate, guarnite con gli straccetti e la rucola, e servite.

Pizza con pollo al curry e verdurine
(pag. 158)

Pizza al nero di seppia con sughetto di moscardini
(pag. 158)

Pizza con pollo al curry e verdurine

Ingredienti

per l'impasto

200 g di semola di grano duro
300 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
330 ml di acqua frizzante
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere)
8 g di sale

per la farcitura

250 g di petto di pollo
1 cipolla
2 carote; 1 zucchina
farina
curry in polvere
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Versate a pioggia le farine, miscelate, e iniziate ad amalgamare. Unite l'olio e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate una palla, trasferitela in una ciotola unta di olio, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora in un luogo riparato (alla temperatura di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con le mani, senza tirare troppo, e avvolgetelo su se stesso in modo da formare un cilindro. Trasferitelo in una teglia da 60x40 cm, ben unta, irrorate con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

3. Tagliate il petto di pollo a listerelle e infarinatele leggermente con un po' di farina. In una padella fate appassire la cipolla tritata con un filo di olio; unite gli straccetti e fate insaporire per qualche minuto. Salate, bagnate con 1/2 bicchiere di acqua e aggiungete 2 cucchiaini di curry, quindi mescolate e portate a cottura.

4. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia e ungete la superficie, quindi coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti. Lavate e mondate le carote e la zucchina, e poi tagliatele a bastoncini. Distribuiteli sulla pizza, irrorate con un filo di olio e infornate in forno statico a 250 °C per circa 10 minuti (sul livello basso del forno).

5. Trascorso questo tempo, spostate la teglia su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Sfornate la pizza, guarnite con il pollo al curry e una macinata di pepe, e servite immediatamente.

Pizza al nero di seppia con sughetto di moscardini

Ingredienti

per l'impasto

500 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere)
2 bustine di nero di seppia
7 g di sale

per la farcitura

400 g di moscardini già puliti
750 g di passata di pomodoro
1/2 bicchiere di vino bianco secco; 1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Versate a pioggia la farina e iniziate ad amalgamare. Unite l'olio, il nero di seppia e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate una palla, trasferitela in una ciotola unta di olio, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora in un luogo riparato (alla temperatura di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con le mani, senza tirare troppo, e avvolgetelo su se stesso in modo da formare un cilindro. Trasferitelo in una teglia da 60x40 cm, ben unta, irrorate con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

3. Lavate i moscardini sotto l'acqua corrente fredda. In una padella fate soffriggere l'aglio, tritato, con un filo di olio. Aggiungete i moscardini e lasciate insaporire, quindi bagnate con il vino e fate sfumare.

4. Unite la passata di pomodoro, aggiustate di sale, incoperchiate e fate cuocere per circa 30 minuti. Spegnete e lasciate intiepidire. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia e ungete la superficie, quindi coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

5. Irrorate la pizza con un filo di olio e infornate in forno statico a 250 °C per circa 10 minuti (sul livello basso del forno). Levate la teglia, ricoprite la pizza con metà sugo di moscardini e mettete nuovamente in forno su livello medio alto per altri 10-15 minuti.

6. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, ultimate con il resto del sugo di moscardini in uscita, un po' di prezzemolo tritato, un filo di olio a crudo e una macinata di pepe, e servite immediatamente.

Pizza al nero di seppia con cipollotti stracchino e gamberetti

Ingredienti

per l'impasto

500 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
20 ml di olio extravergine di oliva (più altro per ungere)
2 bustine di nero di seppia
7 g di sale

per la farcitura

250 g di stracchino
6-7 cipollotti freschi
400 g di gamberi già sgusciati e puliti
olio extravergine di oliva
sale e pepe rosa

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente. Versate a pioggia la farina e iniziate ad amalgamare. Unite l'olio, il nero di seppia e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Formate una palla, trasferitela in una ciotola unta di olio, coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per circa un'ora in un luogo riparato (alla temperatura di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con le mani, senza tirare troppo, e avvolgetelo su se stesso in modo da formare un cilindro. Trasferitelo in una teglia da 60x40 cm, ben unta, irrorate con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

3. Pulite i cipollotti, lavateli e tagliateli a metà nel senso della lunghezza. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia e ungete la superficie, quindi coprite con la pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

4. Farcite la pizza con la metà dello stracchino in fiocchi e i cipollotti, facendoli affondare leggermente nell'impasto. Infornate in forno statico a 250 °C e fate cuocere per circa 10 minuti (sul livello basso del forno).

5. Condite i gamberi con un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Levate la teglia, aggiungete lo stracchino restante e i gamberi, e infornate nuovamente su livello medio alto per altri 10-15 minuti. Sfornate e servite immediatamente.

FRUTTO PORTENTOSO E RICCO DI PROPRIETÀ BENEFICHE, L'AVOCADO SI DIMOSTRA ANCHE UN PREZIOSO ALLEATO IN CUCINA. GRAZIE A UN SAPORE DELICATO E A UNA CONSISTENZA VELLUTATA, DÀ CORPO A SALSE, CREME E SORBETTI IRRESISTIBILI

di EMANUELA BIANCONI - foto di GIORGIA NOFRINI; food stylist ALICE ADAMS

AVOCADO del DIAVOLO

Tartare di salmone marinato con avocado e ribes

Ingredienti (per 4 persone)

1 avocado
2 tranci di salmone fresco
1 lime
qualche rametto di ribes
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate l'avocado a metà, eliminate il nocciolo e prelevate la polpa con un cucchiaio. Tagliatela a dadini, raccoglietela in una ciotola e irroratela con il succo di 1/2 lime per non farla annerire.

2. Private i tranci di salmone della pelle e con un coltello ben affilato tagliateli a dadini. In una ciotola raccogliete il salmone, spruzzate il succo dell'altro 1/2 lime e condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Mescolate e fate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

3. Aiutandovi con un coppapasta, distribuite la tartare di salmone nei piatti da portata. Completate con i dadini di avocado e guarnite con qualche rametto di ribes. Condite con un filo di olio e servite.

Patacones con salsa guacamole
(pag. 164)

Riso integrale con avocado tonno pomodorini al forno e vinaigrette di vino rosso

(pag. 164)

Patacones con salsa guacamole

Ingredienti (per 15-20 patacones)

2 avocado
3 platani
1 pomodoro grande
2 cipolle piccole
1 ciuffo di coriandolo
1 lime
olio di semi di arachide
sale e pepe

Preparazione

1. Private i platani della buccia e tagliateli a rondelle. In una padella dai bordi alti scaldate abbondante olio e friggetevi le rondelle di platano; quando saranno leggermente dorate, scolatele su carta assorbente da cucina, tenendo da parte l'olio della frittura, e lasciate raffreddare.

2. Una volta fredde, con l'aiuto di un matterello schiacciate le fette di platano, salatele leggermente e spruzzatele con poca acqua. Tuffate nuovamente le rondelle di platano nell'olio ben caldo e fatele friggere fino a doratura. Levatele e tenetele da parte in caldo.

3. Preparate la salsa guacamole: tagliate gli avocado a metà ed eliminate il nocciolo, quindi prelevate la polpa con un cucchiaio e schiacciatela in una ciotola con una forchetta. Unite il pomodoro e le cipolle, tagliati a dadini, e mescolate.

4. Profumate la salsa con il coriandolo tritato e poi conditela con il succo del lime e un pizzico di sale e di pepe. Distribuite la salsa nelle ciotoline individuali, accompagnate con le patacones calde e servite.

Riso integrale con avocado tonno pomodorini al forno e vinaigrette di vino rosso

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di riso integrale
1 avocado
200 g di pomodori Piccadilly
400 g di tranci di tonno
1 pizzico di zucchero
1 spicchio di aglio
qualche rametto di origano
aceto di vino rosso
senape
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e tagliate a metà i pomodori, quindi disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un filo di olio, un pizzico di zucchero e uno di sale. Infornate a 140 °C e fate cuocere per circa 1 ora e mezza. Sfornate e tenete da parte.

2. Tagliate l'avocado a metà ed eliminate il nocciolo. Tagliate una metà a dadini e quella restante a fettine. Lessate il riso in abbondante acqua leggermente salata per il tempo indicato sulla confezione.

3. Scolate per bene il riso e raccoglietelo in una ciotola, quindi unite i pomodorini e l'avocado a dadini, e mescolate. In un barattolino mescolate 2 cucchiai di olio, 1 cucchiaio di aceto, 1 cucchiaino di senape, lo spicchio di aglio schiacciato e un pizzico di sale e pepe.

4. In una padella scaldate un filo di olio, disponete i tranci di tonno, conditeli con un pizzico di sale e grigliateli per pochi minuti da entrambi i lati. Distribuite il riso nelle fondine individuali e guarnite con i tranci di tonno. Irrorate con la vinaigrette preparata, completate con un rametto di origano e le fettine di avocado, e servite.

Pesce spada grigliato con salsa di pomodori verdi cipolle coriandolo e avocado

Ingredienti (per 4 persone)

4 tranci di pesce spada
1 avocado
2 pomodori verdi
2 piccole cipolle di Tropea
2 limoni
1 ciuffo di coriandolo
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate i pomodori, sbucciate le cipolle e tagliate tutto a dadini. Tagliate l'avocado a metà, eliminate il nocciolo e prelevate la polpa con un cucchiaio. Tagliatela a dadini e raccoglieteli in una ciotola.

2. Irrorate con il succo di 1 limone e unite i pomodori e le cipolle; profumate con il coriandolo tritato e condite tutto con un filo di olio e un pizzico di sale. Mescolate per bene e tenete da parte.

3. Scaldate per bene una griglia antiaderente e cospargetela con un pizzico di sale, quindi disponete i tranci di pesce spada e grigliateli su entrambi i lati per una decina di minuti. Levate e distribuite nei piatti da portata. Condite con un filo di olio a crudo e guarnite con la salsa. Accompagnate con spicchi di limone e servite.

Pesce spada grigliato con salsa di pomodori verdi cipolle coriandolo e avocado

Avocado cocktail con gamberetti in salsa di lime e menta

Ingredienti (per 4 persone)

2 avocado
200 g di gamberetti
1 lime
1 ciuffo di menta
olio extravergine di oliva
sale

per la salsa di lime e menta

4 cucchiai di maionese
1/2 lime
1 ciuffo di menta

Preparazione

1. Sgusciate i gamberetti, lasciando intatta la coda, ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Lessateli per appena 2 minuti in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolateli e teneteli da parte.

2. Tagliate gli avocado a metà ed eliminate il nocciolo. Arricchite la maionese con il succo del lime e la menta tritata, e distribuitela all'interno degli avocado. Mettete sopra i gamberetti e condite con un filo di olio a crudo. Guarnite con qualche fogliolina di menta e gli spicchi di lime, e servite.

Maionese

Nel bicchiere di un mixer raccogliete 3 tuorli, un pizzico di sale e di pepe, e qualche goccia di succo di lime. Iniziate a frullare versando a filo 5 dl di olio di semi di arachide fino a ottenere una maionese densa e omogenea.

Sorbetto di avocado e lime

Ingredienti

1 avocado
120 ml di sciroppo di mais
120 ml di latte di cocco
60 ml di succo di lime
2 cucchiaini di scorza di lime

per la guarnizione
fettine di lime; fettine di avocado

Preparazione

1. Tagliate l'avocado a metà ed eliminate il nocciolo. Tagliate la polpa a dadini, raccoglietela in un mixer da cucina e frullatela. Aggiungete lo sciroppo di mais e il latte di cocco, e frullate ancora.

2. Aggiungete il succo e la scorza grattugiata di lime, e frullate ancora. Raccogliete il composto ottenuto in un contenitore di acciaio e trasferite in freezer per almeno 4 ore.

3. Trascorso il tempo di riposo, levate il sorbetto dal freezer e fatelo ammorbidire per qualche minuto a temperatura ambiente. Distribuite nelle coppe individuali, guarnite con fettine di lime e avocado, e servite.

DALLA CHEESECAKE AL LAMPONE FINO ALLA BAVARESE CREATIVA, ECCO QUATTRO INTERPRETAZIONI DI ALTA PASTICCERIA FIRMATE GIANLUCA ARESU. TUTTE IRRESISTIBILI, VI CONQUISTERANNO AL PRIMO ASSAGGIO GRAZIE A CUORI MORBIDI E GOLOSI

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GIANLUCA ARESU - foto di ANTONELLA ARAVINI (ritratto)
foto e styling di ELISA ANDREINI (ricette e step); per i piatti si ringrazia Bonetti, Cagliari

DRITTI al CUORE

Cheesecake con cuore di lampone

Ingredienti

per la base semifreddo
170 g di tuorli pastorizzati
70 g di zucchero
80 g di zucchero fondente

per la mousse ai formaggi
225 g di base semifreddo
275 g di formaggio fresco cremoso
190 g di panna semimontata
10 g di gelatina in polvere

per la gelée al lampone
250 g di polpa di lampone
50 g di zucchero
8 g di gelatina in polvere
3 g di acido citrico

per il biscotto streusel
150 g di burro
150 g di zucchero di canna
2 g di fior di sale
180 g di farina di mandorle
150 g di farina; 2 g di cannella

per la decorazione
meringhette; lamponi
sfoglie di cioccolato

Preparazione

1. Per la base semifreddo: in una planetaria lavorate i tuorli con lo zucchero; quando il composto risulterà quasi montato e stabile, aggiungete lo zucchero fondente a pezzetti (**foto A**) e lavorate ancora per qualche minuto.

2. Per la mousse: in una ciotola lavorate il formaggio cremoso; prelevatene una piccola parte e fatela scaldare al microonde per qualche istante. Aggiungete la base semifreddo e la gelatina, ammorbidita in acqua fredda, e mescolate per bene. Unite il composto al formaggio tenuto da parte e incorporate infine la panna semimontata (**foto B**).

3. Per la gelée: scaldate una piccola parte di polpa di lampone e unitevi la gelatina, fatta reidratare in precedenza. Mescolate la polpa di lampone restante con lo zucchero e l'acido citrico, unite i due composti e mescolate (**foto C**).

4. Per il biscotto streusel: in una planetaria raccogliete tutti gli ingredienti e amalgamate velocemente con l'aiuto di una foglia. Cospargete il composto su una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 15-20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare. Sminuzzate il biscotto streusel (**foto D**).

5. In uno stampo in silicone fate un primo strato di mousse al formaggio (**foto E**). Trasferite in freezer e lasciate raffreddare per bene, quindi colate uno strato di gelée al lampone (**foto F**) e fate congelare nuovamente in freezer.

6. Ultimate con la mousse al formaggio, inserite all'interno le pepite di streusel precedentemente sminuzzate e congelate ancora. Sformate, guarnite con meringhette, lamponi e sfoglie di cioccolato, e servite.

Cremoso al cuor di fragola

Ingredienti

per la bavarese al cioccolato bianco e vaniglia: **500 ml di latte; 150 g di tuorli; 150 g di zucchero 1/2 bacca di vaniglia Tahiti; 20 g di gelatina in polvere; 125 g di cioccolato bianco; 500 g di panna semimontata**

per la gelée alla fragola: **250 g di polpa di fragola; 50 g di zucchero; 8 g di gelatina in polvere; 3 g di acido citrico**

per il biscotto al cacao senza farina
150 g di albumi; 100 g di tuorli; 100 g di zucchero; 25 g di zucchero invertito; 65 g di farina di riso; 65 g di amido di mais

per la glassa lucida rossa
300 g di zucchero; 300 g di sciroppo di glucosio; 150 g di acqua; 200 g di latte condensato zuccherato 20 g di gelatina in polvere; 300 g di cioccolato bianco; 10 g di colorante idrosolubile rosso fragola; 1 bacca di vaniglia

Preparazione

1. Per la bavarese: in un pentolino scaldate il latte. Lavorate i tuorli con lo zucchero e la vaniglia; versate a filo il latte caldo sui tuorli, mescolate per bene, rimettete sul fuoco e fate cuocere fino a raggiungere la temperatura di 85 °C.

2. Una volta a temperatura, levate il composto da fuoco e incorporate la gelatina, ammorbidita in acqua fredda, e il cioccolato bianco tritato. Lasciate raffreddare e poi aggiungete la panna semimontata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto (**foto A**).

3. Per la gelée: scaldate una piccola parte di polpa di fragola e fatevi sciogliere la gelatina, precedentemente reidratata in acqua fredda. A parte mescolate la polpa restante con lo zucchero e l'acido citrico. Unite i due composti, mescolate e poi colate il tutto all'interno di uno stampo in silicone a forma di cuore (**foto B**). Trasferite in frigorifero e fate rapprendere.

4. Per il biscotto: lavorate gli albumi con i due zuccheri. Quando il composto sarà quasi montato, versate a filo i tuorli. Setacciate la farina di riso con l'amido di mais e aggiungeteli al composto, mescolando a mano. Con una spatola stendete il composto allo spessore di circa 5 mm su un foglio in silicone (**foto C**). Infornate a 250 °C per 5-6 minuti, quindi levate e fate raffreddare.

5. Per la glassa: in un pentolino portate a bollore l'acqua, lo zucchero e il glucosio; aggiungete la gelatina, ammollata in acqua, e il latte condensato, e mescolate. Unite il cioccolato fuso (**foto D**), il colorante e i semi della bacca di vaniglia, e amalgamate ancora.

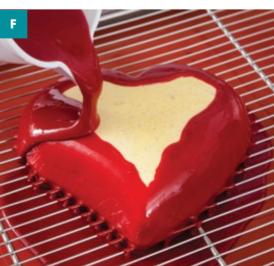
6. Colate la bavarese nello stampo (**foto E**) e poi adagiate al centro il cuore di gelée di fragola. Ricoprite con altra bavarese e ultimate con il biscotto al cacao senza farina. Trasferite in frigorifero e fate raffreddare per bene, quindi sformate, glassate con la glassa lucida rossa (**foto F**) e decorate a piacere.

Bavarese moka

A

B

C

Ingredienti

per lo streusel alle nocciole e sesamo
90 g di burro; 90 g di zucchero di canna
0,6 g di fior di sale; 75 g di farina di nocciole
90 g di farina; 36 g di semi di sesamo

per il morbido alla nocciola: **98 g di uova**
38 g di tuorli; 195 g di zucchero
165 g di farina di nocciole; 38 g di farina
0,8 g di vaniglia; 83 g di burro
60 g di albumi

per il cremoso al caffè: **250 g di latte**
60 g di caffè in grani; 63 g di zucchero
62 g di tuorli; 25 g di amido
4 g di gelatina; 22 g di acqua; 125 g di burro
0,3 g di fior di sale

per la ganache montata
165 g di latte; 41 g di caffè in grani
4 g di gelatina in polvere
21 g di acqua; 165 g di copertura avorio
zephyr; 355 g di panna al 35%

per la gelatina neutra
1 l di acqua
200 g di sciroppo di glucosio
350 g di zucchero; 40 g di pectina nh
2,5 g di acido citrico

per la decorazione
cialde di cioccolato marmorizzato
nocciole glassate

Preparazione

1. Per lo streusel: raccogliete tutti gli ingredienti in una planetaria e lavorate fino a ottenere un composto omogeneo. Stendete il composto allo spessore di 3-4 mm e con il coppapasta ricavate un rettangolo (**foto A**). Trasferitelo in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 160 °C per circa 15 minuti. Levate e fate raffreddare.

2. Per il morbido alla nocciola: in una ciotola mescolate le uova, i tuorli, 135 g di zucchero, la farina di nocciole, la farina e i semi di vaniglia; unite il burro fuso e amalgamate. A parte montate gli albumi con lo zucchero restante, e incorporateli al composto. Versatelo sullo streusel (**foto B**) ormai freddo e infornate a 160 °C per circa 20 minuti. Levate e tenete da parte.

3. Per il cremoso al caffè: mettete i chicchi di caffè, macinati grossolanamente, in infusione nel latte caldo per circa 20 minuti, quindi filtrate attraverso un colino. Aggiungete lo zucchero, i tuorli e l'amido, mescolate, rimettete sul fuoco e portate a bollore. Togliete e versate in una ciotola, quindi aggiungete la gelatina, precedentemente reidratata in acqua fredda, il burro a dadini (**foto C**) e il fior di sale, ed emulsionate con un mixer. Trasferite in frigorifero (alla temperatura di 4 °C).

4. Per la ganache: mettete i chicchi di caffè, macinati grossolanamente, in infusione nel latte caldo per circa 20 minuti, quindi filtrate, rimettete sul fuoco e portate a bollore. Aggiungete la gelatina, precedentemente reidratata in acqua fredda, e la copertura avorio. Emulsionate con un mixer, unite la panna fredda (**foto D**) e trasferite in frigorifero (alla temperatura di 4 °C).

5. Per la gelatina neutra: in un pentolino raccogliete tutti gli ingredienti, mettete sul fuoco e portate a bollore. Quindi spegnete e tenete da parte. In una planetaria montate la ganache, quindi raccoglietela in un sac à poche e realizzate tanti ciuffetti, disponendoli in modo casuale (**foto E**).

6. Raccogliete il cremoso al caffè in un altro sac à poche e distribuite i ciuffetti negli intervalli liberi (**foto F**). Trasferite in frigorifero e poi, con l'aiuto di una pistola ad aria compressa, glassate la cheesecake con la gelatina neutra. Guarnite con cialde di cioccolato marmorizzato con cacao e qualche nocciola glassata nel cioccolato fondente e cacao amaro in polvere, e servite.

D

E

F

Bavarese creativa

Ingredienti

per la meringa: **125 g di albume**
250 g di zucchero a velo; 1 bacca di vaniglia

per il confit esotico: **100 g di polpa di mango**
67 g di polpa di passion fruit; 80 g di zucchero
3 g di pectina nh

per la crema al cioccolato bianco e cocco: **56 g di latte**
17 g di cocco grattugiato; 56 g di panna al 35%
56 g di tuorli; 166 g di cioccolato bianco
5 g di gelatina in polvere; 166 g di panna montata

per la glassa a specchio bianca
300 g di zucchero; 300 g di sciroppo di glucosio
150 g di acqua; 200 g di latte condensato zuccherato
20 g di gelatina in polvere; 300 g di cioccolato bianco
10 g di colorante in polvere bianco
1 bacca di vaniglia

per la finitura
1 mango; 1 banana
1 frutto della passione
meringhe

Preparazione

1. Per la meringa: in una planetaria montate l'albume con lo zucchero a velo e i semi della bacca di vaniglia fino a ottenere un composto stabile e lucido. Raccoglietelo in un sac à poche con bocchetta da 20 mm e realizzate tanti dischetti da circa 4 cm di diametro (foto A). Infornate a 80 °C e fate cuocere per circa 2-3 ore. Levate e conservate in un luogo asciutto.

2. Per il confit esotico: in un pentolino portate a bollore le polpe e lo zucchero, mescolato alla pectina. Una volta raggiunto il bollore, versate il composto in uno stampo a semisfera da 4 cm (foto B), unite una dadolatina di mango, banana e frutto della passione, trasferite in freezer e fate congelare.

3. Per la crema al cioccolato e cocco: in una casseruola portate a bollore il latte con il cocco grattugiato e la panna. Una volta raggiunto il bollore, versate sui tuorli e mescolate per bene. Incorporate la gelatina, precedentemente reidratata in acqua fredda, e poi versate sul cioccolato bianco. Amalgamate e fate raffreddare fino a 25 °C. Aggiungete infine la panna montata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

4. In uno stampo a semisfera colate una parte di crema al cioccolato. Adagiate un disco di meringa e poi il confit esotico (foto C). Aggiungete un altro strato di crema e ultimate con il disco di meringa (foto D). Trasferite in freezer e fate congelare.

5. Per la glassa: in una pentola portate a bollore l'acqua, lo zucchero e il glucosio; aggiungete la gelatina, precedentemente reidratata in acqua fredda, e il latte condensato. Versate il composto sul cioccolato (foto E) ed emulsionate, quindi aggiungete il colorante e la vaniglia, e mescolate ancora.

6. Trascorso il tempo di riposo, sformate la cheesecake e adagiatela su una griglia per dolci. Glassatela con la glassa al cioccolato (foto F) e lasciate rapprendere completamente. Guarnite con meringhe e fettine di mango, e servite.

SUMMER DRINK

PER IDRATARSI, DISSETARSI RINFRESCARSI E RIMANERE IN LINEA, MA ANCHE PER NUTRIRSI E CORROBORARSI IN TUTTA LEGGEREZZA, LE ULTIME NOVITÀ IN FATTO DI DRINK SALUTARI E MANGIA&BEVI A TUTTA LEGGEREZZA

di GIULIA MACRÌ

1. IN FORMA!

100% vegetali, senza OGM, con soli aromi naturali e privi di lattosio: **Granarolo** ha la sua ampia scelta di latti vegetali, derivati da soia, riso, nocciole e mandorle italiane, sani ed estremamente digeribili, più che mai consigliati nella stagione calda! Unico sul mercato, il latte di soia per cappuccino, che può essere scaldato, montato e"schiumato" a piacere. La gamma include anche una linea di piatti pronti vegetali www. granarolovegetale.it

2. MILA SUPERFOOD!

A base dei cosiddetti *superfoods* i nuovi gusti speciali degli ottimi yogurt mangia&bevi, della linea Benessere Zero Grassi di Mila, fatti con buon latte di montagna, che di per sé è un autentico toccasana. *Tè verde e zenzero* il più tonificante; *Pesca, maracuja e Goji* il più esotico ed energizzante; *Melograno e Quinoa* quello antiaging. Garantiti dal marchio di qualità Alto Adige e da **Mila.** www.mila.it

3. BUONA DI NATURA

Gradevolmente dolce senza zuccheri aggiunti, **Céréal** riso e mandorla drink bio è una bevanda vegetale particolarmente indicata per un'alimentazione leggera e naturale. Grazie ai suoi due principali e preziosi ingredienti, il riso e le mandorle, è ricca di carboidrati facilmente assimilabili, indispensabili per nutrirsi in modo equilibrato e a basso contenuto di grassi saturi; non contiene né lattosio né glutine. www.prodotticereal.it

4

5

6

7

4. FATEVI UN QUARTINO

Bere fa bene. E si dovrebbe sempre avere con sé una una piccola scorta d'acqua, meglio se leggera e poco ingombrante. Una bottiglietta da 25 cc, per esempio: il classico quartino insomma! Come la nuova confezione di acqua *Sant'Anna La Baby*, in bottiglietta "da passeggio"! Altrettanto benefici ed estremamente pratici all'uso, l'infuso *Santhè al the verde, pesca e limone*, in formato bicchierino e in bottiglia da 0,5 lt e 1,5 lt nonché il nettare *SanFruit ai gusti pera, albicocca e pesca*, nel bicchiere con chiusura peel-off, comodo, igienico e perfetto anche fuori casa. Di **Acqua Sant'Anna**. www.santanna.it

5. NON SOLO INFUSI

Un'idea in più per una bevanda dissetante e deliziosa? Il classico infuso in bustina, preparato a caldo e lasciato raffreddare, con un "rinforzo" di frutti freschi, qualche goccia di limone o di lime, due foglioline di menta o di basilico… Risultato super, con il vantaggio di bere naturale, senza teina o caffeina e i relativi effetti. I migliori sono di produzione inglese, come la gamma, vastissima, di London Fruit And Herbs: al mirtillo, all'arancia, al lampone, alla menta, alla pesca o al ribes nero, ma anche alla fragola e vaniglia, limone e zenzero, limone e lime, mela e cannella… difficile è solo scegliere! **London Fruit & Herb**. www.eurofood.it

6. MANGIA&BEVI VEGGIE

Da un'idea semplice e naturale dell'ex Miss Svezia Dominique Forsberg, i centrifugati di frutta fresca al 100%, MySmoothie Veggie, si arricchiscono di nuove irresistibili combinazioni di gusti. Sono deliziosi concentrati di polpa e succo di verdure, dalle preziose proprietà salutari e antiaging: alla barbabietola rossa, con rosa canina, carota e olivello spinoso, che ha virtù antiossidanti e disintossicanti. Al cavolo nero, con spinaci, kiwi e mango, reintegra ferro e calcio, che depura e decongestiona. Di **MySmoothie**. www.eurofood.it

7. SUCCHI DI VERDURA

Dalla linea dei succhi **Probios** in bottigliette da 330 ml, due gusti a base di verdure italiane: bevanda alla carota e succo di pomodoro, entrambi senza zuccheri aggiunti, ideali per la preparazione di cocktail o da gustare freddi. Da provare anche gli altri gusti a base di sola frutta biologica: mirtillo, mirtillo rosso e melograno. www.probios.it

8. TONICI INNANZI TUTTO

Bartender, mixologist, o semplici assetati, a ciascuno la sua acqua tonica, perché quelle attualmente disponibili sul mercato sono davvero "frizzanti" quanto a gradevolezza e inventiva. C'è quella alla menta, di gran carattere, con il suo sapore rinfrescante e piacevolmente aspro grazie al pompelmo; oppure quella al gusto Cherry, originale con quel retrogusto amaricante del chinino e dolce di gelatina alla ciliegia; ma c'è anche l'aroma agrumato di Citrus, oppure quello decisamente esotico Yutzu… insomma, sorseggiate "in purezza", oppure impiegate ad arte nei cocktail più cool dell'estate, le acque toniche 2.0 soddisfano la sete e… la fantasia! La linea **The Original Tonic** dalla Spagna ed è distribuita in Italia da D&C. www.dec.it

8

10

11

9

9. CLUB TROPICANA

Dal marchio più famoso al mondo di bevande tropicali, 4 nuovi succhi con tutto il sapore dei frutti più esotici dell'estate: *Mango*, della migliore varietà indiana Re Alfonso; *Passion fruit* o *maracuya*, direttamente dal Brasile e dal Kenia; *Papaya* cilena e Guava, frutto squisito del Messico, Perù e Brasile. Autentici nettari, freschi e dissetanti, naturali al 100%, non contengono conservanti, coloranti né aromi artificiali. Li propone **Maaza.** www.enjoymaaza.com

10. PAUSA GOLOSA

Due nuovi irresistibili gusti per uno spuntino delizioso, con gli yogurt **Sojasun**: i *Cremosi al Cocco* e alla *Vaniglia*. Ricchi di calcio, poveri di grassi e totalmente privi di lattosio, fanno parte infatti della gamma di prodotti di derivazione vegetale, adatta a tutti, intolleranti, ma anche cultori dell'alimentazione bilanciata, che non rinunciano al piacere del gusto. www.sojasun.it

11. MANGIA, BEVI, AMA

In linea con le tendenze più attuali della nutrizione, **Matt** punta sull'integrazione alimentare, sull'alimentazione biologica e funzionale e sulla cosmetica per offrire soluzioni nutrizionali innovative a quanti hanno esigenze specifiche o intendono migliorare il proprio benessere. Tra le bevande, tutte vegan style: *Avena bio*, naturale o al gusto cioccolato; *Farro bio; 3 Cereali bio; Cocco bio; Riso Calcio + Vit. D2 bio; Riso Omega 3 + calcio bio; Soia Calcio + vit. D2 bio; Soia mandorla bio.* Insomma, farsi belli è facile e piacevole, come bere un bicchier d'acqua! www.matt.it

12. SORSI DI SALUTE

Chi trova un'aloe vera trova un tesoro… e difatti le portentose proprietà antiossidanti, rigeneranti e depurative di questa preziosa pianta adesso le ritroviamo anche nei drink estivi, declinate in tanti gusti, tutti con ingredienti naturali. Così, accanto al freschissimo Aloe Vera e Yogurt Juice, un autentico pieno di salute, troviamo ad esempio Coco Coconuit, bevanda super dissetante ed energetica, ricca di potassio e vitamine, povera di grassi e di zuccheri, che ha tutto il sapore del mare e del sole. Di **Tropical**. www.eurofood.it

12

13. PIÙ SANI, PIÙ BUONI

La più vasta gamma di latti vegetali biologici del mercato nazionale, in un grande assortimento di gusti, è dell'azienda vicentina The Bridge, pioniera del biologico già vent'anni fa, con il primo latte di riso bio della storia italiana. Oggi, accanto al latte vegetale di avena, o di kamut, di riso alla mandorla o al cocco e tanti altri, l'offerta oggi si completa anche delle nuove versioni da usare per cucinare. Tutte gluten free, senza zuccheri aggiunti e rigorosamente vegane. www.thebridgesrl.com

13

diari di viaggio
AUSTRIA
CITTÀ • REGIONI • NATURA • DORMIRE • MANGIARE • SHOPPING • BAMBINI • EVENTI • RELAX
SALISBURGO E SALISBURGHESE
Must da vedere, novità, hotel e ristoranti
VIENNA E LE ALTRE CITTÀ
Capolavori d'arte, musei e monumenti
GRAZ E LINZ
Il meglio in città, arte, strutture, divertimento
NATURA E BAMBINI
Le regioni, i paesaggi verdi, le attività in famiglia
SAPORI ED EVENTI
La gastronomia tipica, gli appuntamenti culturali
TIROLO, KUFSTEIN E VORARLBERG
Tre regioni top da scoprire: il territorio e l'accoglienza

AL CUCCHIAIO

Torta bavarese al cioccolato bianco e albicocche al timo

(pag. 182)

BAVARESI E BUDINI SONO PROTAGONISTI DI RAFFINATI DOLCI AL CUCCHIAIO. PREPARATI CON FRUTTA FRESCA DI STAGIONE, VENGONO REINTERPRETATI IN CHIAVE MODERNA E GOLOSA DALLA PASTICCIERA GIULIA STEFFANINA

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **GIULIA STEFFANINA*** - foto e styling di **STEFANIA ZECCA**

Bavarese al pistacchio e cioccolato fondente

(pag. 182)

*✱ Ospite fissa del programma "Casa Alice", la pasticciera **Giulia Steffanina** è socia e co-fondatrice della Scuola di Cucina e Pasticceria Les Chefs Blancs di Roma.*

Biscotto morbido

Montate 4 albumi con 3 cucchiai di zucchero. Unite 100 g di farina di pistacchi, 3 cucchiai di farina e 50 g di zucchero a velo, e mescolate per bene. Stendete il composto ottenuto su una teglia, foderata con carta forno, a uno spessore di circa 8 mm. Infornate a 170 °C per 15- 20 minuti, quindi sfornate e fate raffreddare. Rimuovete la carta forno e con un coppapasta di diametro leggermente più piccolo degli stampini ricavate tanti dischi.

Torta bavarese al cioccolato bianco e albicocche al timo

Ingredienti (per 8 persone)

per la torta bavarese
250 g di latte
4 tuorli
50 g di zucchero
8 g di gelatina
450 g di panna
200 g di cioccolato bianco

per le albicocche al timo
8 albicocche non troppo mature
70 g di zucchero
150 g di acqua
1 rametto di timo
1/2 limone

Preparazione

1. Per la torta bavarese: mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda. In un pentolino raccogliete il latte, mettete sul fuoco e portate a bollore. Nel frattempo lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso, versate a filo il latte caldo e mescolate. Rimettete sul fuoco a bagnomaria e fate cuocere fino alla temperatura di 82 °C.

2. Unite il cioccolato bianco, tritato, e la gelatina, ben strizzata, e mescolate accuratamente. Fate raffreddare fino a 35 °C. Montate la panna e incorporatela al composto, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

3. Versate il composto ottenuto in uno stampo a cerniera da 26 cm di diametro, foderato con un foglio di pellicola trasparente. Livellate e fate rassodare in frigorifero per una notte intera.

4. Lavate le albicocche, eliminate il nocciolo e tagliatele a fettine. In un pentolino fate sciogliere lo zucchero con l'acqua; versate lo sciroppo sulle albicocche, unite il succo di limone e il rametto di timo, e fate marinare per una notte intera.

5. Trascorso il tempo di riposo, sformate la torta e trasferitela in un piatto da portata. Scolate le fettine di albicocca e guarnite la superficie della torta. Completate con un rametto di timo e servite.

Bavarese al pistacchio e cioccolato fondente

Ingredienti (per 6 persone)

per la bavarese
250 g di latte
2 cucchiai di pasta di pistacchi
4 tuorli
50 g di zucchero
8 g di gelatina
250 g di panna
200 g di cioccolato fondente

per la decorazione
granella di pistacchi
pasta di pistacchi

Preparazione

1. Fate sciogliere il cioccolato fondente e con un pennello spennellate l'interno di 6 stampini in silicone a forma di cupola (fate attenzione a non fare uno strato troppo spesso). Trasferite in frigorifero per qualche minuto e ripetete l'operazione un'altra volta.

2. Per la bavarese: portate a bollore il latte con la metà dello zucchero; a parte lavorate i tuorli con lo zucchero restante fino a ottenere un composto chiaro e spumoso, versate a filo il latte caldo e fate cuocere a bagnomaria fino alla temperatura di 82 °C.

3. Aggiungete la pasta di pistacchi e la gelatina, ammollata in acqua fredda e ben strizzata, e fate raffreddare fino a 35 °C. Incorporate la panna montata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Versate il composto negli stampini in silicone, chiudete con i dischi di biscotto morbido e fate riposare in frigorifero per una notte intera.

4. Spennellate i piatti con un pochino di pasta di pistacchi e adagiate sopra le cupolette di cioccolato fondente. Guarnite con la granella di pistacchi e servite.

Bavarese al caffè con salsa all'arancia

Ingredienti (per 6 persone)

per la bavarese al caffè
250 g di latte
2 cucchiaini di caffè solubile
4 tuorli
75 g di zucchero
8 g di gelatina
250 g di panna montata

per la decorazione
chicchi di caffè

Preparazione

1. Per la bavarese: mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda. in un pentolino fate sciogliere il caffè solubile nel latte. Mettete sul fuoco e portate a bollore. Nel frattempo lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

2. Versate a filo il latte caldo sui tuorli e mescolate, quindi rimettete sul fuoco a bagnomaria e fate cuocere fino a raggiungere la temperatura di 82 °C. Incorporate la gelatina, ben strizzata, mescolate e fate raffreddare fino a 35 °C. Unite infine la panna montata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

3. Versate il composto ottenuto nei bicchierini monoporzione e trasferite in frigorifero per una notte intera. Versate sopra la salsa all'arancia, creando un sottile strato, e mettete nuovamente in frigorifero per 1-2 ore. Al momento di servire, levate, decorate con qualche chicco di caffè e servite.

Bavarese al caffè con salsa all'arancia

Salsa all'arancia

In un pentolino raccogliete il succo e la scorza a julienne di 3 arance, 100 g di zucchero e 2 cucchiai di liquore all'arancia. Mettete sul fuoco e fate cuocere fino a ottenere uno sciroppo non troppo denso. Spegnete e utilizzate secondo ricetta.

Bavarese di fichi con spumone alle mandorle

(pag. 186)

Decorazioni di zucchero caramellato

In un pentolino fate sciogliere lo zucchero su fuoco dolce fino a ottenere un caramello biondo. Versatelo su un foglio di carta forno o un tappetino in silicone e, aiutandovi con un cucchiaio, realizzate delle decorazioni a piacere. Lasciate raffreddare e infine staccate.

Bicchierini piña colada

(pag. 186)

Bavarese di fichi con spumone alle mandorle

Ingredienti (per 6 persone)

per la bavarese
350 g di purea di fichi
4 albumi; 70 g di zucchero
10 g di gelatina
2 cucchiai di rum
250 g di panna semimontata

per lo spumone alle mandorle
200 g di panna
50 g di sciroppo alle mandorle

per la decorazione
foglie di fico
mandorle a lamelle tostate

Preparazione

1. Per la bavarese: mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda. In una ciotola mescolate gli albumi con lo zucchero. In un pentolino scaldate la purea di fichi, versatela sugli albumi, amalgamate e fate cuocere a bagnomaria fino alla temperatura di 82 °C.

2. Incorporate la gelatina, ben strizzata, e fate raffreddare il composto fino a 35 °C. Unite il rum e la panna semimontata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Versate il composto in 6 stampini monoporzione e trasferite in frigorifero per una notte intera.

3. Per lo spumone alle mandorle: montate la panna con lo sciroppo alle mandorle e tenete da parte. Trascorso il tempo di riposo, immergete velocemente gli stampini nell'acqua calda e sformate le bavaresi nei piatti da portata.

4. Mettete sopra le bavaresi una decorazione di zucchero caramellato e guarnite il tutto con una quenelle di spumone e qualche foglia di fico. Cospargete con le mandorle a lamelle e servite.

Bicchierini piña colada

Ingredienti (per 4 persone)

per il budino al cocco e lime
250 g di latte di cocco
250 g di panna
2 albumi
50 g di zucchero
5 g di gelatina
1 cucchiaio di rum scuro

per la daquoise al cocco
75 g di farina di cocco
75 g di zucchero
2 albumi
1 lime

per l'ananas marinata
1/4 di ananas
2 rametti di menta
1 lime
1 cucchiaio di zucchero di canna

per la decorazione
1 ciuffo di menta

Preparazione

1. Per il budino: portate a ebollizione il latte di cocco con la panna. Nel frattempo sbattete gli albumi con lo zucchero, versate a filo il liquido caldo e mescolate. Fate cuocere a bagnomaria fino alla temperatura di 82 °C.

2. Incorporate la gelatina, ammollata in acqua fredda e ben strizzata, e infine il rum. Distribuite il composto in 4 bicchierini o ciotoline, lasciando almeno 3-4 cm dal bordo. Trasferite in frigorifero e fate rassodare per una notte intera.

3. Per la daquoise: montate gli albumi con lo zucchero; unite la farina di cocco e la scorza del lime grattugiata, e mescolate. Stendete il composto su una teglia, foderata con carta forno, a uno spessore di circa 8 mm. Infornate a 170 °C e fate cuocere per 15-20 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e fate raffreddare, quindi rimuovete la carta forno e con un coppapasta di diametro leggermente più piccolo dei bicchierini ricavate 4 dischetti. Adagiate i dischetti sopra il budino di cocco e lime.

5. Tagliate l'ananas a cubetti e conditeli con lo zucchero, la menta, tagliata a listerelle, e il succo e la scorza grattugiata del lime. Mescolate, distribuite l'ananas con il suo succo sopra i dischetti, e servite.

Budino al lampone e vaniglia senza uova

Ingredienti (per 6 persone)

per il budino di vaniglia
250 g di latte
250 g di panna
60 g di zucchero
6 g di gelatina
1 bacca di vaniglia

per il crumble
50 g di farina di mandorle
50 g di burro
50 g di zucchero di canna
50 g di farina di riso

per la decorazione
1 vaschetta di lamponi

Preparazione

1. Per il budino: portate a bollore il latte con la panna e la bacca di vaniglia, incisa per il lungo. Unite lo zucchero, mescolate e fate sciogliere. Spegnete, aggiungete la gelatina, ammollata in acqua fredda e ben strizzata, e amalgamate per bene. Togliete la bacca di vaniglia e versate il composto ottenuto in 6 stampini da budino scanalati.

2. Per il crumble: lavorate insieme gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo (simile a quello della frolla). Sbriciolatelo con le mani, facendo cadere le briciole su una teglia, foderata con carta forno. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 10-15 minuti. Levate e fate raffreddare.

3. Sformate i budini nei piatti da portata. Guarnite con il crumble, la salsa di lamponi e qualche lampone, e servite.

Budino al lampone e vaniglia senza uova

Salsa di lamponi

Frullate i lamponi con 70 g di zucchero a velo. Filtrate la purea ottenuta attraverso un colino a maglie fitte e tenete da parte.

IL TEMPIO DEL MARE

Somma sintesi di tradizione e raffinata rielaborazione della migliore cucina salentina, quella del ristorante **Aqua di Porto Cesareo**, ad opera del giovane chef tarantino Cosimo Russo. Tra la splendida destinazione – una delle zone più belle e incontaminate della costa del Salento –, la magnifica posizione dell'intera struttura (che include Hotel e stabilimento del Gruppo Le Dune) e la squisita proposta gastronomica, la scoperta di questo autentico tempio del mare val bene un viaggio. Che sarà premiato da prelibatezze quali la crema cotta di ricci, la tartare di canocchie lime e prezzemolo e piatti di crudi spettacolari, per bontà e bellezza. Non meno pregiati i primi, i secondi e i dolci, come i torchietti con i fagioli di Zollino cozze nere e salicornia, il rombo con olio alla vaniglia o i tipici pasticciotti scomposti e creativamente reinterpretati… Carta dei vini all'altezza, con le migliori etichette pugliesi e una buona scelta di vini italiani e bollicine anche francesi. www.aquaportocesareo.it

UN'ESTATE EFFERVESCENTE

Inaugurata in Costa Smeralda, presso il *The Rock*, ristorante del celebre *Phi Beach* a Baja Sardinia e il rinomato ristorante *YOU* di Porto Cervo, l'apertura della stagione estiva 2016 di Ruinart, la Maison de Champagne più antica al mondo. L'idea è quella di godere dei migliori momenti di convivialità estiva con le Cuvée Ruinart proposte a tutto pasto e a tutto aperitivo, abbinate a crudi e pietanze di mare, creazioni culinarie semplici o raffinate, finger food e spuntini d'ogni genere, come il clima vacanziero invita a fare. Basta seguire la **mappa dei locali Ruinart Network** (www.ruinartnetwork.com): in Italia, da Nord a Sud, sono numerosi e decisamente cool. Facile trovarne qualcuno nel proprio raggio d'azione… a portata di flûte!

Foto di Emanuela De Santis

Foto di Emanuela De Santis

BIEN VIVRE FRANCO ROMANO

Décor *belle époque* e arredi *art nouveau* per **Madeleine**, "salon de gastronomie" d'atmosfera parigina nel bel quartiere **romano di Prati**, aperto da mattina a notte. Piatti fusion franco-romani e cocktails ispirati alla cultura d'oltralpe. Qualche esempio della raffinata e appetitosa proposta del menu, nata con la collaborazione di Riccardo di Giacinto e ottimamente condotta dai giovani Daniele Ladaga e Simone Ballicu: il *cappuccino Madeleine* costituito da uovo poché, crema di patate e chorizo, con madeleine ai broccoli; i ravioli di bufala, pesto di basilico e calamari rosticciati; o, ancora, guancia brasata col caramello salato. Da gustare anche con i cocktail maison del bar tender Fabrizio Leone, per un effetto davvero sorprendente. Dolci conturbanti e, attenzione, predisposti per eventuale asporto! www.madeleinerome.com

FRENCH KISS
Saint Honoré
(pag. 193)

DOVE CI PORTA QUESTO MESE IL *PASTRY CHEF* ARMANDO PALMIERI? IN FRANCIA, ÇA VA SANS DIRE, ALLA SCOPERTA DELLE DELIZIE PIÙ CELEBRI ED EMBLEMATICHE DELLA PASTICCERIA D'OLTRALPE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di ARMANDO PALMIERI foto di EMANUELA DE SANTIS

Millefoglie con crema diplomatica
(pag. 193)

Crema pasticciera

In un pentolino fate scaldare 400 g di latte con 100 g di panna e i semi di 1 bacca di vaniglia; nel frattempo lavorate 200 g di tuorli con 200 g di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate a filo il latte e la panna caldi, mescolate e mettete sul fuoco. Unite 40 g di farina debole e 10 g di amido di mais, e fate cuocere fino ad addensamento. Spegnete e fate raffreddare.

Crema pasticciera al cardamomo

In un pentolino fate scaldare 400 g di latte con 100 g di panna, i semi di 1 bacca di vaniglia e 2 g di cardamomo, pestato; nel frattempo lavorate 200 g di tuorli con 210 g di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate a filo il latte e la panna, filtrati, mescolate e mettete sul fuoco. Unite 40 g di farina debole e 10 g di amido di riso, e fate cuocere fino ad addensamento. Spegnete e fate raffreddare.

Saint Honoré

Ingredienti

350 g di pasta choux

per il pastello
500 g di farina (220 W)
50 g di burro
10 g di sale
175 g di acqua
120 g di panna
12 g di aceto

per il panetto
300 g di burro
50 g di farina forte (300 W)

per la meringa italiana
150 g di albumi
200 g di zucchero
50 g di acqua
15 g di sciroppo di glucosio

per la chibouste
200 g di crema pasticciera
100 g di meringa italiana
5 g di gelatina in fogli

vi servono inoltre
250 g di panna
50 g di zucchero a velo
1/2 bacca di vaniglia
1 uovo; farina

Preparazione

1. Per il pastello: impastate la farina con l'acqua, la panna, l'aceto e il sale; incorporate il burro fuso e amalgamate per bene. Formate una palla, coprite e lasciate riposare in frigorifero per circa un'ora. Per il panetto: in una planetaria lavorate il burro con la farina. Stendete il composto ottenuto tra due fogli di carta forno fino a ottenere un rettangolo spesso 1 cm. Trasferite in frigorifero e fate riposare per circa un'ora.

2. Su un piano di lavoro, leggermente infarinato, stendete con un matterello il pastello: tiratelo a croce così da ottenere una forma a rombo allungata sugli angoli. Disponete il panetto di burro al centro dell'impasto. Chiudete la parte laterale, poi quella superiore e inferiore. Battete delicatamente con un matterello con movimenti dal centro verso l'alto e dal centro verso il basso.

3. Stendete l'impasto con movimenti dal centro verso l'alto e dal centro verso il basso, fino a ottenere una lunghezza di circa 50 cm. A questo punto ripiegate la pasta in 3, poi trasferite in frigorifero per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di riposo, tirate la pasta dal senso opposto a quello di prima e ripiegatela in 4. Ogni volta che tirate la pasta infarinatela leggermente e fate attenzione a non far uscire il burro. Ripetete l'operazione per 2 volte (1 piega a 3 e 1 piega a 4), facendo riposare ogni volta l'impasto per 30 minuti. Mettete in frigorifero e fate riposare per circa un'ora.

4. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta sfoglia a uno spessore di 2-3 mm. Con l'aiuto di un coppapasta, ritagliate un disco da circa 15-18 cm. Disponetelo in una teglia, foderata con carta forno, punzecchiatelo con i rebbi di una forchetta e trasferite in frigorifero per una mezz'ora.

5. Raccogliete la pasta choux in un sac à poche e realizzate una corona intorno al disco di pasta sfoglia. Spennellate con un uovo e infornate a 180 °C per circa 30-35 minuti. Levate e fate raffreddare. Con la pasta choux restante realizzate tanti piccoli bignè su una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 30-35 minuti. Sfornate e fate raffreddare.

6. Per la meringa: in un pentolino fate sciogliere lo zucchero con l'acqua e lo sciroppo di glucosio. Iniziate a montare gli albumi, versate a filo lo sciroppo ottenuto e proseguite a lavorare fino a ottenere una meringa lucida e soda. Per la chibouste: scaldate la crema pasticciera e incorporate la gelatina, ammollata in acqua fredda e ben strizzata.

7. Unite la meringa, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Fate uno strato di chibouste sul disco di sfoglia, quindi farcite i bignè con la chibouste restante e disponeteli lungo il bordo. Decorate con ciuffi di panna, montata con lo zucchero e i semi di vaniglia, e servite.

---

*✱ Di origine napoletana, **Armando Palmieri**, dopo la laurea in "Conservazione dei Beni Culturali", decide di dedicarsi alla sua passione più grande: la pasticceria. Diplomato Maestro Pasticciere alla Boscolo Etoile Academy, lavora per la scuola di cucina Mise en place di Napoli. Svolge uno stage in Francia presso Epicerie Sucrèe Fauchon e, tra le altre cose, diventa Capo Pasticciere al Cotidie di Londra, sotto la gestione di Bruno Barbieri. Vanta diverse collaborazioni sia a livello nazionale sia internazionale, e ha aperto una scuola di pasticceria e cucina a Milano: l'Open Pastry Kitchen.*

Millefoglie con crema diplomatica

Ingredienti

300 g di pasta sfoglia
500 g di crema pasticciera

per la pate à bombe
100 g di zucchero
20 g di acqua
200 g di tuorli

per la crema al burro isolante
150 g di pate à bombe
275 g di burro

per la crema diplomatica
500 g di crema pasticciera
200 g di panna montata

per la decorazione
1 rametto di ribes
granella di nocciole
zucchero a velo

Preparazione

1. Stendete la pasta sfoglia allo spessore di 2-3 mm e trasferitela in una teglia, foderata con carta forno. Bucherellatela con i rebbi di una forchetta e fate cuocere a 180 °C per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e fate raffreddare, quindi ritagliate 3 sfoglie a rettangolo.

2. Per la pate à bombe: in una casseruola fate sciogliere lo zucchero con l'acqua fino a 117 °C, versate a filo sui tuorli e montate fino a raffreddamento. Per la crema isolante: montate il burro fino a ottenere un composto spumoso, unite la pate à bombe e mescolate accuratamente.

3. Per la crema diplomatica: incorporate la panna montata alla crema pasticciera ormai fredda, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

4. Spalmate un sottile strato di crema isolante sul lato della sfoglia a contatto con la crema diplomatica. Fate uno strato di crema diplomatica, coprite con un'altra sfoglia e spalmate un sottile strato di crema isolante. Coprite con altra crema diplomatica e poi con l'ultima sfoglia. Cospargete i lati con la granella di nocciole. Spolverizzate con abbondante zucchero a velo, guarnite con un rametto di ribes e servite.

Paris Brest

Ingredienti

per la pasta choux
125 g di acqua; 125 g di latte; 250 g di burro
4 g di sale
355 g di farina (220 W)
600 g di uova

per la mousseline alle nocciole
500 g di crema pasticciera
200 g di burro
50 g di pasta di nocciole

per le nocciole pralinate
125 g di granella di nocciole
125 g di zucchero
25 g di acqua

vi servono inoltre
1 tuorlo; zucchero a velo

Preparazione

1. Per le nocciole pralinate: in un pentolino fate sciogliere l'acqua con lo zucchero fino a ottenere un caramello biondo. Unite la granella di nocciole e mescolate energicamente. Versate il pralinato su un foglio in silicone e lasciate raffreddare, quindi tritate grossolanamente.

2. Per la pasta choux: in una casseruola portate a bollore l'acqua e il latte con il burro e il sale; versate la farina setacciata, in una sola volta, e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino a quando il composto inizierà a staccarsi dalle pareti della casseruola. Spegnete e fate intiepidire, quindi raccoglietelo in una planetaria e incorporate un uovo alla volta. Tenete da parte e lasciate riposare per qualche minuto.

3. Raccogliete il composto in un sac à poche e, con l'aiuto di un anello di acciaio, formate due cerchi di pasta choux su una teglia, foderata con carta forno. Spennellateli con il tuorlo, diluito con un goccio di acqua, cospargete con un po' di nocciole pralinate e fate cuocere a 180 °C per circa 30-35 minuti.

4. Per la mousseline alle nocciole: con le fruste elettriche montate il burro fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Incorporate la crema pasticciera a temperatura ambiente e la pasta di nocciole, e amalgamate accuratamente.

5. Tagliate a metà i due dischi di pasta choux. Cospargete con un po' di nocciole pralinate e farcite con la crema mousseline. Coprite con la parte superiore del disco, spolverizzate con un po' di zucchero a velo, e servite.

ALICE TV

Armando Palmieri è in onda con il programma "IL GIRO DEL MONDO IN 80 DOLCI". Su Alice tv!

Alice Giornale

SCOPRI LE ALTRE NEWS DI ATTUALITÀ, LE NOVITÀ E I CONSIGLI DI CUCINA ANCHE IN TV. TUTTI I GIORNI SUL CANALE ALICE 221 DIGITALE TERRESTRE E SUL WEB WWW.ALICE.TV

VACANZE IN ALTO ADIGE

Tra i prodotti altoatesini che meglio rappresentano la qualità della tradizione e l'eccellenza della cucina, spiccano il Formaggio Stelvio DOP, dal prelibato sapore erbaceo, lo Speck Alto Adige IGP, dall'inconfondibile aroma affumicato, e la Mela Alto Adige IGP, nelle sue 13 varietà dolci e succose. Armonioso connubio tra territorio, tradizione e genuinità, questi prodotti sono riconosciuti e tutelati anche dall'Unione Europea.

LEGGERI CON GUSTO

Cotti a vapore, per mantenere inalterate le proprietà nutrizionali, e poi grigliati uno a uno, i filetti di sgombro di Rizzoli Emanuelli coniugano leggerezza e gusto, e sono ideali per la preparazione di ricette veloci e gourmet. Conservati in olio di oliva, vengono confezionati in un'innovativa lattina di facile apertura grazie al metodo "easy peel".

Foto by Orsini Stefano © 15

ALLA SCOPERTA DI VIPITENO

Dal 10 luglio al 7 agosto torna a Vipiteno, nel parco comunale di Prati di Vizze, l'appuntamento con le Giornate dello Yogurt. Per quattro settimane sarà possibile degustare l'ottimo yogurt Vipiteno e scoprirne i segreti della produzione attraverso le visite guidate alla Latteria. Sarà inoltre possibile visitare i masi, imparare a conoscere le piante di montagna, grazie alle escursioni ai giardini aromatici, e partecipare alle moltissime attività in programma.

ALLA CARICA!

Voglia di uno snack appagante ma al tempo stesso leggero? Ecco la nuova barretta di Chini: realizzata con sole mele biologiche disidratate, è il giusto compromesso per tenere sotto controllo le calorie senza rinunciare al gusto. Grazie alla pratica confezione, può essere portata ovunque e gustata in qualsiasi momento della giornata.

© Silikomart

IL SAPORE DELLA VITTORIA

In omaggio al Campionato europeo di calcio 2016, ecco *Goal*, il nuovo esclusivo stampo della linea Baby di Silikomart. Grazie alla ricetta, presente all'interno di ogni confezione, è possibile realizzare torte o semifreddi a forma di pallone. In silicone 100 % Made in Italy.

A SCUOLA DI INGLESE

VOLETE REALIZZARE UNA ZUPPA INGLESE A REGOLA D'ARTE? AFFIDATEVI AL MAESTRO LUCA MONTERSINO: GRAZIE AI PREZIOSI CONSIGLI E A UN'ESECUZIONE IMPECCABILE, FOTOGRAFATA STEP BY STEP, IL 10 E LODE È ASSICURATO!

a cura della redazione; ricetta di LUCA MONTERSINO - foto di FRANCESCA BRAMBILLA

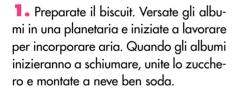
Ingredienti (per 6-8 persone)

per il biscuit
250 g di farina (180 W)
250 g di zucchero
270 g di albumi
180 g di tuorli

per la bagna
425 ml di acqua
425 ml di zucchero liquido
150 ml di alchermes a 70°

per la farcitura
800 g di crema pasticciera
800 g di crema pasticciera al cioccolato
400 g di panna montata zuccherata al 20%
150 g di cioccolato fondente al 70% di cacao
2 g di cannella in polvere

per la meringa
420 g di zucchero
245 g di albumi
110 ml di acqua
80 g di destrosio

1. Preparate il biscuit. Versate gli albumi in una planetaria e iniziate a lavorare per incorporare aria. Quando gli albumi inizieranno a schiumare, unite lo zucchero e montate a neve ben soda.

2. A questo punto spegnete, unite i tuorli e amalgamate. Incorporate infine la farina setacciata e mescolate delicatamente con una spatola dal basso verso l'alto.

3. Versate il composto ottenuto in una teglia, foderata con carta forno, e livellate bene con una spatola allo spessore di 1,5 cm. Infornate a 230 °C e fate cuocere per 5 minuti.

4. Trascorso il tempo, sfornate il biscuit e lasciate raffreddare; quindi, con l'aiuto di due coppapasta rotondi di misure diverse, ricavate due dischi e bagnateli con la bagna all'alchermes.

5. Aromatizzate la crema al cioccolato con la cannella e quella alla vaniglia con il cioccolato, tritato, e mescolate.

6. Unite alle due creme anche la panna montata in pari quantità e amalgamate bene con una frusta.

7. Mettete gli albumi in un pentolino con lo zucchero, l'acqua e il destrosio, e scaldate sul fuoco a circa 82 °C. Versate tutto nel vaso della planetaria e montate fino a raffreddamento.

8. Trasferite la crema al cioccolato in un sac à poche e distribuitene uno strato sul fondo di una coppa.

9. Mettete sopra il disco di biscuit più piccolo e premete bene, create un secondo strato con la crema alla vaniglia.

10. Coprite con l'altro biscuit, premendolo bene perché aderisca. Terminate con uno strato di crema al cioccolato.

11. Trasferite la meringa in un sac à poche e decorate il dolce, ricoprendolo di ciuffetti di meringa.

12. Fiammeggiate la meringa con un cannello fino a quando sarà ben colorita. Lasciate raffreddare e servite.

I CONSIGLI DELLO CHEF

PRENDETE LE MISURE!

Prima di coppare il biscuit cercate di calcolare bene le dimensioni del contenitore dove monterete il dolce. Il biscuit deve avere lo stesso diametro, se fosse più piccolo avreste difficoltà nel realizzare il secondo strato.

MERINGA TROPPO MORBIDA?

La meringa deve avere una consistenza soda e ben ferma, se fosse troppo molle non reggerebbe. Lo vedreste subito, dal momento che appena uscita dal sac à poche tenderebbe a perdere la forma.

I NOSTRI LIBRI

SCOPRI LE OFFERTE DI BOTTEGA ITALIANA **www.bottegaitaliana.it**

ROMAGNA MIA

Non si può parlare di cucina italiana senza avvicinarsi alla tradizione romagnola. Cristina Lunardini, romagnola doc., propone a tutti i lettori i piatti della sua infanzia, quelli imparati dalla mamma. I grandi protagonisti della cucina romagnola si affiancano a interpretazioni personali e rivisitate: il tutto a comporre un volume da leccarsi i baffi! Il libro nella più classica delle impostazioni si divide tra antipasti, primi, secondi e dessert che conquisteranno anche i palati più esigenti.

LT Editore - 19,90 euro

PECCATI AL CIOCCOLATO

Il cioccolato, principe di ogni peccato di gola, finalmente protagonista nelle ricette di Luca Montersino. Le tecniche di lavorazione spiegate step by step attraverso tantissime fotografie a colori. Cinque capitoli dedicati a ogni tipologia di dolce. Le ricette spiegate con l'arte del maestro pasticciere e accompagnate da un repertorio fotografico che illustra tutti i passaggi e i segreti per realizzare torte, cioccolatini, dessert e golosità varie.

LT Editore - 19,90 euro

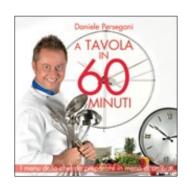
I LIBRI DELLE PASSIONI

Il libro della zuppa, del brunch, del pollo, dei biscotti, dei piselli e del fritto. Piccoli libri con grandi ricette, tanti volumi tematici su singoli alimenti da declinare in vari modi in cucina. I libri della **collana Passioni** vi aspettano in libreria.

LT Editore - 14,90 euro cad.

LIBRI PERSEGANI

Lo chef Daniele Persegani e i suoi due volumi dedicati ai menu d'autore. **L'occasione fa lo chef** con le idee di menu per tutte le occasioni: dalla cena sul divano di fronte alla tv al picnic di primavera, dall'aperitivo con i colleghi al pranzo formale con i suoceri. Tantissime idee di menu, schede di prodotto, consigli su come preparare la tavola o la vostra casa e rispondere a un invito, e poi ricette extra e tante altre chicche tutte da scoprire. In **A tavola in 60 minuti** ci guida alla scoperta della cucina fast a un prezzo slim: il manuale perfetto per chi non ha tempo da perdere in cucina, ma vuole mangiare con gusto e stupire i propri ospiti, il tutto in meno di un'ora.

LT Editore - 18 euro cad.

IL SEGNO GOURMET DI... LUGLIO

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Momento di pausa dopo tensioni e battaglie…
Amore: essere intransigenti non giova all'amore.
Lavoro: buono il patrimonio di idee Occhio a che non si rivelino complicate e costose.
Astrocenate con: frequentare persone originali e briose vi porterà un gioioso sprint.

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Con la complicità di Plutone e di Giove sarete concretissime.
Amore: intuirete le necessità affettive del partner e le asseconderete!
Lavoro: occorre dare più spazio alle relazioni pubbliche, e alle frequentazioni ad hoc.
Astrocenate con: amici ma anche potenziali avversari!

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

Avete gettato le reti e adesso è il momento di tirare in barca il pescato!
Amore: i progetti del futuro sono adesso una possibilità bellissima!
Lavoro: secondo Mercurio, Sole e Venere verrete a un dunque.
Astrocenate con: unire vivacità, gioia e convenienza è nelle vs corde attuali. A tavola e non…

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Appoggiati da Nettuno e da Marte i pianeti nel vostro Segno faranno miracoli di arguzia e di energia. Il percorso solare vi mette adesso parecchio in evidenza, anche por ragioni di intensissima attrattiva.

Amore: l'amore è dolce e gioioso, ma il partner potrebbe essere gelosetto del vostro successo in ogni campo e in ogni ambiente.

Lavoro: stanno andando a meraviglia progetti che pensavate ci mettessero di più per decollare. Sono già giunti nei cieli siderali!

Astrocenate con: con chi vi piace, con chi vi pare, con chi sappia condividere con voi gli straripanti consensi del momento!

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Luglio corrisponderà a un momento assai bello.
Amore: le scelte fatte a suo tempo sono giuste, sostenibili e deliziosamente coinvolgenti.
Lavoro: notevoli i risultati nell'affermazione di idee e progetti.
Astrocenate con: vedete, frequentate e invitate personaggi che abbiano un buon seguito.

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Saturno e Nettuno tentano di rallentarvi ma il successo è già una fulgida certezza!
Amore: conquistare chi vorrete farà parte del gioco.
Lavoro: è talmente evidente che siete voi ad aver ragione, che avrete un grande seguito.
Astrocenate con: alleanze con chi ha la vs stessa vivacità.

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Concedetevi pause ritempranti e ribadite un'agilità marcata.
Amore: pretenderà manifestazioni più chiare!
Lavoro: certi problemi vanno rimandati a quando sarete più pronti e più freschi.
Astrocenate con: fate di casa vostra il ricettacolo di inviti e convivi.

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Chi volesse ostacolarvi è meglio che ci ripensi…
Amore: fantastico sex-appel e grandi qualità attrattive.
Lavoro: bisognerebbe battere i pugni sul tavolo e correggere certe situazioni!
Astrocenate con: l'appetito è gagliardo e vorrete condividerete il desco con chi non sia a dieta!

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Lucida capacità realizzativa.
Amore: sarà con il dialogo che certe lacune si riempiono.
Lavoro: la vs dedizione, sempre costante, vi concederà una successiva vacanza serena.
Astrocenate con: anche con inviti al vs desco riuscirete a tenere fede a promesse e a garanzie rassicuranti…

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Idee chiare e forti, e fortunate intuizioni.
Amore: richiede una partecipazione più attiva e meno distratta.
Lavoro: potrà esser interessante cambiare le carte in tavola...
Astrocenate con: concedetevi riunioni conviviali con personaggi che non vi obblighino a regole d'etichetta sostenute.

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Rinnovata capacità di cogliere al volo situazioni promettenti.
Amore: chi vi ama richiede da voi un impegno affettivo costante…
Lavoro: è il campo in cui in Luglio riuscirete meglio.
Astrocenate con: con chi vi incuriosisca, susciti il vostro interessee e vi metta di buon umore.

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Mese pieno di euforia e di infervorata passione.
Amore: corrispondenza di desideri, intezioni e interessi!
Lavoro: le stelle vi indicano un percorso scevro di ostacoli.
Astrocenate con: il dialogo a due sarà così intenso e unico da non farvi avvertire la necessità di altri convitati.

Peperoni grigliati sott'olio

Ingredienti per 4-5 vasetti da 250 g

1,5 kg di peperoni gialli rossi e verdi
2 spicchi di aglio
1 peperoncino
2 vasetti di filetti di alici sott'olio
1 rametto di origano
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Abbrustolite i peperoni sotto il grill del forno. Raccoglieteli in un sacchetto di carta del pane e lasciateli raffreddare. Levateli, spellateli, tagliateli a metà ed eliminate i semi e le coste bianche interne, quindi fateli a falde.

2. Stendete le falde di peperone e lasciatele asciugare al sole per un giorno (ritiratele durante la notte). Trascorso il tempo, disponete su ogni falda un filetto di alice e arrotolatele. Distribuite le falde di peperone farcite nei vasetti di vetro sterilizzati.

3. Tra uno strato e l'altro profumate con un po' di aglio, di peperoncino e di origano, tritati. Premete leggermente, colmate di olio, battete i vasetti, e tenete da parte senza chiuderli per un paio di ore. Trascorso il tempo, premete nuovamente, colmate con altro olio e chiudete ermeticamente.

4. Pastorizzate i vasetti a 80 °C per una decina di minuti a partire da acqua fredda; spegnete e fate raffreddare. Asciugate i vasetti, etichettateli e conservateli in un luogo fresco e asciutto.

Foto di Rossella Venezia

DISPENSA

AD CHINI
www.adchini.it

DEVELEY
www.delevey.it

FORMAGGIO STELVIO DOP, MELA ALTO ADIGE IGP E SPECK ALTO ADIGE IGP
www.altoadigegarantito.eu

HP
www.heinz.co.uk

RIZZOLI EMANUELLI
www.rizzoliemanuelli.it

SILIKOMART
www.silikomart.com

YOGURT VIPITENO
www.giornatedelloyogurt.com

ENOGASTRONOMIA

CHAMPAGNE RUINART
www.ruinart.com

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
www.officinegustoenotecaroma.com

LES CHEFS BLANC - OFFICINE FARNETO
via dei Monti Della Farnesina, 77 - Roma
tel. 348 3609695 - 333 1273944
tel. 0683396746 int. 271
www.leschefsblancs.it

MASSIMO MALANTRUCCO CHEF
www.massimomalantrucco.it

OPEN PASTRY KITCHEN
www.openpk.it

SAPORI DI CASA MIA - HOME RESTAURANT
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

IDEE CASA

ALESSI
www.alessi.com

BONETTI CASA
Viale Monastir km 10, 150 - Sestu (CA)
Tel. 070 22871
www.casaingross.eu

BRANDANI
www.brandani.it

BUGATTI
www.casabugatti.it
D-MAIL
www.dmail.it

EASY LIFE
www.easylifedesign.it

EMILE HENRY
www.emilehenry.com

FRATELLI GUZZINI
www.fratelliguzzini.com

GREGGIO
www.greggio.com

LE CREUSET
www.lecreuset.it

MAIUGUALI
www.maiuguali.it

NOVITÀ HOME
www.novitahome.com

OPINEL
www.opinel.com

TESCOMA
www.tescomaonline.com

VILLA D'ESTE HOME TIVOLI
www.villadestehometivoli.it

VIRGINIA CASA
www.virginiacasa.it

WEBER
www.weberstephen.it

ZAK!DESIGNS
www.zak.com

RISTORANTI E HOTEL

MADELEINE - SALON DE GASTRONOMIE
via Monte Santo, 64 - Roma
tel. 06 3728537
www.madeleinerome.com

OSTERIA DEL PESCATORE
via Po, 14 - Castelvetro Piacentino (Pc)
tel. 0523 824333

RISTORANTE AQUA
Via Strada Dei Bacini, 89 - Porto Cesareo (Le)
tel. 0833 560660
www.aquaportocesareo.it

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8 - Formia (Lt)
tel. 0771 790002
www.chinappiformia.it

A-D

F-O

P-Z

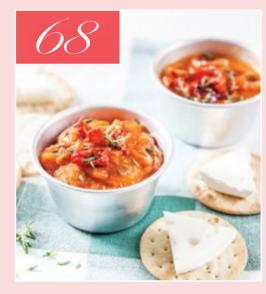
NEL PROSSIMO NUMERO
Alice Cucina
MASSIMO MALANTRUCCO
FERRAGOSTO
a BUFFET
Insalata di riso
alla pescatora
IN EDICOLA DA FINE LUGLIO

I COLORI DELLA CUCINA
gli SPIEDINI
GLI SPIEDINI
PIÙ PAGINE
PIÙ RICETTE
PIÙ IDEE
ALLEGATO IL PROSSIMO MESE AD ALICE CUCINA
C'è un che di atavico negli spiedini, intesi come preparazione piuttosto basic da cuocere per lo più alla brace, che rimanda a modelli di vita rustici e a consessi attorno al fuoco. Giusto un'idea, un'immagine. Ché oggi gli spiedini hanno acquisito dignità e sostanza ben più ricercate e raffinate. A questo tipo di spiedini è dedicato il prossimo Colore della cucina. Organizzato in cinque capitoli: Vamos a la playa; Pollo e tacchino con l'intruso; Manzo e vitello e c'è pure l'agnello; Che maiale!; I formaggi, la frutta e gli ortaggi, un volume goloso, capace di colpire con i suoi dardi irresistibili (altro che Cupido), il cuore e il palato di chi ama la buona cucina! E di farlo innamorare!
PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA
A SOLI 4,40 EURO
(oltre al prezzo di copertina)
I COLORI DELLA CUCINA SONO ANCORA PIÙ RICCHI!!!

Menu à la carte
I PIATTI DI ALICE
digitale terrestre
221
visibile su digitale terrestre
(canale 221)
e su pc, smartphone e tablet
su www.italiasmart.tv

www.alice.tv

Monica Bianchessi
PRONTO IN TAVOLA
tutti i giorni alle 20.10

I MENU DEL MESE

Il rosso

68 Crema di pomodorini confit al timo
75 Spaghetti alla strombolana
49 Insalata di pane e pomodoro con triglie al mais
186 Budino al lampone e vaniglia senza uova

Il bianco

38 Ovoline ripiene
133 Pennone con aguglia e scapece di zucchine
95 Tagliata di pollo free range con peperoni grigliati
172 Bavarese moka

Il verde

152 Pizza di farro integrale con fiori di zucca zucchine e gorgonzola
82 Mezze maniche rigate con fagiolini e polpettine fredde di formaggio
103 Filetto di manzo arrosto con datterini e crema di basilico
167 Sorbetto di avocado e lime

ABBONATI!

SCEGLI L'OFFERTA FINO AL 60% DI SCONTO

12 NUMERI DI ALICE + 6 NUMERI DE I QUADERNI a soli 45,00 euro oppure 12 NUMERI + 12 NUMERI DE I COLORI DELLA CUCINA a soli 54,00 euro

Ricevere ALICE CUCINA comodamente a casa tua è facile e conviene. Con l'abbonamento a 12 numeri si ha diritto a ricevere gratuitamente 6 numeri de "**I Quaderni**" oppure 12 numeri de "**I Colori della Cucina**"

• COME ADERIRE ALL'OFFERTA

SMS

MANDA UN SMS AL NUMERO **331 9914493**
Inserisci i tuoi dati anagrafici e la pubblicazione.
COME ESEMPIO: ROSSI MARIO|VIA MILANO 3|00184|ROMA|RM|ALICE CUCINA|QUADERNI oppure COLORI

INTERNET

COLLEGATI AL SITO **http://almamedia.ieoinf.it**

TELEFONO

CHIAMA IL NUMERO **039 9991541**
Dal lunedì al venerdì, 9-13/14-18

FAX

INVIA UN FAX AL NUMERO **039 9991551**

CONTO CORRENTE

VERSAMENTO SUL C/C POSTALE N. **56427453** INTESTATO A:
Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC) (indicare causale)

POSTA

COMPILA E INVIA IL TAGLIANDO VIA POSTA (ANCHE FOTOCOPIA):

I MIEI DATI

COGNOME ______________________

NOME ______________________

VIA ______________________ N° ______

CAP. ______ LOCALITÀ ______________ PROV ______

PRESSO ______________________

EMAIL ______________________

TEL. ______________________

IeO Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC)
Tel. 039 9991541 - Fax 039 9991551 (servizio cortesia)
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

*Abbonamento per l'estero a 12 numeri (per i residenti della Zona1 - Europa) al costo di 129,90 euro.

ALICE CUCINA + I QUADERNI

+

12 NUMERI + 6 NUMERI

INVECE DI **54,00** EURO +
12 NUMERI
32,40 EURO +
6 QUADERNI
22,32 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~108,72~~ EURO

ALICE CUCINA + I COLORI DELLA CUCINA

+

12 NUMERI + 12 NUMERI

INVECE DI **106,80** EURO +
12 ALICE CUCINA
+ 12 COLORI
30,48 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~137,28~~ EURO

IL MENSILE PIÙ RICCO + PAGINE FOTO RICETTE SCUOLE

Pasta Panarese

COLTIVATORI DI PASTA

Pasta di semola di grano duro della Val d'Orcia

Trafilata al bronzo, essiccazione lenta

Pasta Panarese

coltivatori di pasta

Pici

Pasta Panarese nasce in Val d'Orcia, luogo rinomato fin dai tempi antichi per il grano duro di alta qualità, con lo scopo di promuovere il prodotto più tipico della zona: la pasta.

La natura argillosa dei terreni e la relativa aridità estiva conferiscono al grano duro un alto indice di proteine e glutine di alta qualità, che donano alla pasta consistenza e gradevolezza al palato.

La trafilatura al bronzo e l'essiccazione lenta a bassa temperatura, combinata con la purissima acqua del Vivo, che sgorga a 1000 m. di altezza sul Monte Amiata rendono questo prodotto assolutamente inimitabile.

Pastificio Toscano s.r.l.
Via del Colombaio - Loc. Gallina
Castiglione d'Orcia (Siena)

www.pastapanarese.it